

VIŠNJA OGRIZOVIĆ

365

dana u kuhinji

JELOVNICI
RECEPTI
SAVJETI



25

APRIL
NEDJELJA

Dobar tek /ur
bar koje od onih
(cla)

W
(auto)

365 DANA U KUHINJI

Priredila

VIŠNJA OGRIZOVIĆ

Likovna oprema:

BRANKO KOSEC

Fotografije:

Suomen Kuvapalvelu (Camera Press) — slika 1, Kjell Nilsson (IMS) — slike 2, 3, 8, 9, 17, 21 i 28, IPC — slike 4, 6, 7, 20, 24 i 26, Bjorn Lindberg (Camera Press) — slike 5, 10 i 25, Agnete Lampe (Camera Press) — slike 11 i 16, Studio Tranan (IMS) — slika 12, Ateljé Ugglå (IMS) — slika 13, George K. Nordhausen (Camera Press) — slika 15, Bob Donaldson (Camera Press) — slika 14, Culinas (Camera Press) — slika 18, Wal Easton (Camera Press) — slika 19, Martin Palmer (IPC) — slika 22, Paul Minsart (Camera Press) — slike 23 i 29, Jan Tennek (Camera Press) — slika 27.

ALFA
Zagreb 1982.

Predgovor

Kuhanje može biti lijep i kreativan posao, nezgoda je samo u tome što je tako neizbježno svakodnevan. I najiskusniji se gastronom ponekad suoči s neugodnim pitanjima: što skuhati danas, što jesti sutra... Razni ljudi nastoje tome doskočiti na razne načine, pa tako planiraju jelovnike nekoliko dana unaprijed. Ovo i jest doba planiranja, zar ne?

Tko zna, možda je netko planirao čak mjesec dana unaprijed, ali za cijelu godinu?! A ipak, postoji i to, baš u ovoj knjizi! Napisana je da vam u tome pomogne. Prirodno, samo idejama, jer nitko vam ne može jamčiti da ćete za predložena jela nabaviti potrebne namirnice ni da ih uopće ima u kraju u kojem živite (naša zemlja obiluje golemim klimatskim suprotnostima!). A i ukusi se razlikuju! Ovo je, dakle, podsjetnik i niz ideja za slaganje jelovnika.

Kao u svakoj „kuharici“, tu su i — recepti. Poredani su, doduše, na pomalo neobičan način: ne po vrstama jela, nego po danima. Kako ova knjiga nije namijenjena za neku određenu godinu, uzeli smo izmišljenu u kojoj Nova godina pada upravo u nedjelju, pa dalje slijede svečani i radni dani. Nitko i ne očekuje da ćete se držati baš ovog rasporeda... to je samo poticaj za vašu maštu!

Ni u jednoj se kući ne pripremaju isključivo jela jednog „tipa“, u tome ne uspijevaju ni specijalizirani domaći ili strani restorani. Uostalom, urođena znatiželja tjera svakoga tko uživa u kuhanju na iskušavanje uvijek novih recepata. Zanima ga i kako jedu prvi susjedi i što vole udaljeni narodi. Zato su ovdje recepti raznoliki — od najjednostavnijih do složenih delikatesa, od domaćih jela iz raznih dijelova naše zemlje do stranih specijaliteta. Za svaki ukus ponešto, a sve sa ciljem da jelovnik ne bude dosadan, jednoličan i nemaštovit. Valja sve iskušati, pa se odlučiti što odgovara, a što ne. Samo uskogrudni ljudi u svemu, pa tako i u prehrani, unaprijed „znaju“ da nešto ne vole!

JELOVNICI RECEPTI SAVJETI

No, time još nije iscrpljeno sve što vam nudi knjiga koju držite u ruci, jer ona svakoga dana uz jelovnik i recept daje i kuharski savjet. Nema tako iskusna kuhara ili kuharice koja ne bi rado čula još neki savjet, jer čovjek uči dok je živ.

Bez razmetljivosti se, dakle, može ustvrditi da imate knjigu posve originalnu po zamisli, a uz to korisnu i zanimljivu. Da, zanimljivu! Zbirke recepata sve više postaju, naime, zanimljivo štivo, a ne samo korisni priručnici. U tome i jest dio tajne njihove omiljenosti — dok ste prisiljeni jesti na brzinu ispržena jaja ili čak jelo iz konzerve (zašto ne, konzerve uopće nisu loše!) s užitkom ćete makar pročitati kako se priprema, na primjer, francuska pašteta od patke. Jer, nikad se ne zna, možda jednoga lijepog dana i taj recept dođe na red u vašoj kući...

Za olakšavanje upotrebe knjige na kraju ćete naći i Kazalo jela (gdje su svi recepti poslagani po vrstama jela) i Abecedni popis (u kojem su sva jela poredana jednostavno po abecedi). I tu ćete naći na jednu specifičnost: recepte ne označavaju brojevi stranica, već datumi pod kojima ćete ih (lakše!) naći.

Tu je, napokon, i mali priručni rječnik za neke izraze upotrijebljene u knjizi, jer baš za kuhanje iz kraja u kraj naše zemlje nalazite različite nazive.

Što na kraju reći doli — mnogo uspjeha u kuhanju i dobar tek! Prijatno!

SADRŽAJ

Predgovor	5
Jelovnici, recepti, savjeti	9
Priručni rječnik	374
Abecedni popis	376
Kazalo jela	381

RUČAK: goveđa juha, sarma**, hladni odojak, salate, kolači.

VEČERA: kuhano crno vino*, sendviči, kolači.

KUHANO CRNO VINO*

PRIPREMITE: 1 litru vina, pola limuna, 12 klinčića, komadić kore cimeta, 25 dag šećera.

Pristavite vino sa šećerom, dodajte iscijeđeni sok i naribanu koru od limuna, klinčiće i cimet. Kuhajte na srednje jakoj vatri. Čim jako zavre procijedite i provjerite treba li još šećera. Odmah poslužite.

****SAVJET:** često za Novu godinu pripremimo previše sarmi. Poznato je, doduše, da su to bolje što se više podgrijavaju, ali je moguće da nakon nekoliko dana dodijaju ukućanima. Radije suvišak sarmi smrznite: u nove plastične vrećice raspodijelite toliko sarmi, kupusa i ostalog koliko je potrebno za jedan obrok. Vrećice dobro zatvorite i smrznite. Kad odlučite ručati sarmu, vrećicu ujutro izvadite da se polako odmrzne, a prije posluživanja sarmu dobro prokuhajte.

RUČAK: janjeći ragu (pogledajte 10. II), rezanci, salate, torta od kave*.

VEČERA: ruska salata s govedinom iz juhe (dan ranije), čaj.

TORTA OD KAVE*

(slika 17)

PRIPREMITE: 7 jaja, 20 dag šećera, 7 dag oraha, 5 dag lješnjaka, 2 dag badema, 4 dag mrvica, 1 žličicu instant-kave, maslac i brašno za mazanje kalupa; krema: 20 dag maslaca, 10 dag šećera u prahu, 15 dag samljevenih oraha, 2 žlice jake crne kave; 1,5 dl tučenog slatkog vrhnja i žličicu instant-kave za ukras.

*Tucite 2 cijela jaja i žumanjke sa šećerom, dadajte samljevene orahe, lješnjake, bademe, mrvice i instant-kavu, a na kraju pospite brašnom, ulijte tijesto, stavite u zagrijanu pećnicu i pecite na srednjoj vatri oko jedan sat. Za kremu dobro miješajte maslac**, dodajte šećer u prahu i kipuću kavu, pa time nadjenite sasvim ohlađenu tortu, prorezanu na tri lista. Izvana je oblijepite tučenim slatkim vrhnjem i pospite instant-kavom.*

****SAVJET:** hladan, tvrd maslac teško se miješa, pa zdjelu u kojoj ćete miješati isperite vrućom vodom da se zagrije — lakše ćete miješati.

RUČAK: juha (koncentrat), složenac od krumpira (pogledajte 24. IV), kiseli kupus.

VEČERA: prepečeni kruh sa češnjakom*, kiseli krastavci.

PREPEČENI KRUH SA ČEŠNJAKOM*

(slika 1)

PRIPREMITE: 1 hljeb kruha, 5 dag maslaca ili margarina, 4 reznja češnjaka, vezicu vlasca.

*Stari kruh narežite ostrim nožem na što tanje odreske, ali nemojte ga prerezati do kraja, nego neka se odresci drže zajedno na donjoj korici. Pomiješajte maslac ili margarin s nasjeckanim vlascom i usitnjenim češnjakom, pa time premažite narezani kruh s obje strane. Dobro ga umotajte u aluminijsku foliju i stavite u zagrijanu pećnicu. Pecite desetak minuta i odmah poslužite**.*

****SAVJET:** ostaci staroga kruha daju se upotrijebiti na više načina, a ako vam ostane cijeli nenačeti hljeb možete ga osvježiti tako da ga dobro ovlažite i prepečete u pećnici. Ovako, sa češnjakom, ukusno je jelo za večeru — nikome nećete smrdjeti po češnjaku!

RUČAK: juha od cvjetače*, sarma.

VEČERA: rezanci** sa sirom i vrhnjem.

JUHA OD CVJETAČE*

(slika 1)

PRIPREMITE: 2 cvjetače srednje veličine, 1 kocku mesne juhe (koncentrat), 7 dl mlijeka, 4 žlice škrobnog brašna, 1 dl vrhnja, žličicu maslaca, po želji naribanog sira, sol, papar, zeleni peršin.

Očistite cvjetače i podijelite ih na cvjetice. Stavite u lonac i zalijte s toliko juhe da budu pokriveni. Dodajte kocku koncentrata i skuhaite. Izvadite cvjetaču, manji dio stavite u mikser, dodajte škrobno brašno i malo mlijeka, pa dobro izradite. To dodajte juhi u kojoj su se kuhale cvjetače, dolijte preostalo mlijeko i vrhnje. Neka malo vrije, onda provjerite treba li još soli i papra, vratite preostale cvjetice. Dodajte nasjeckani zeleni peršin.

****SAVJET:** rezance, špagete i ostalu industrijsku tjesteninu najprije spustite u kipuću vodu i dopola je skuhaite, zatim je preselite u čistu, osoljenu vodu i skuhaite do kraja. Tako ćete odstraniti miris koji ponekad ima industrijski proizvedena tjestenina.

RUČAK: grčki mljeveni odresci*, pirjana riža, umak od rajčica.

VEČERA: mlijeko, kruh s maslacem i medom**.

GRČKI MLJEVENI ODRESCI*

PRIPREMITE: 75 dag mljevenog mesa, 1 glavica luka, ulje, 2 režnja češnjaka, sol, papar, 2 žumanjka; pirjana riža.

Stavite pirjati rižu na ulju i luku. U međuvremenu nasjeckajte luk i ispržite ga na ulju. Kad je ohlađen, dodajte meso. Osolite ga, popaprite, dodajte usitnjeni i zgnječeni češnjak, te 5 žlica ispirjane riže. Dobro pomiješajte, oblikujte popečke i ispržite ih. Prije posluživanja prelijte umakom od rajčica.

****SAVJET:** malo zagrijanom žlicom lakše ćete grabiti med, koji se neće lijepiti ni razvlačiti.

RUČAK: savijača s hrenovkama (pogledajte 25. IX), miješana salata (zimnica).

VEČERA: gusta juha od leće*, punjeni grejp (pogledajte 4. II).

GUSTA JUHA OD LEĆE*

(slika 26)

PRIPREMITE: 25 dag leće, 1 dag masti, 2 dag luka, malo zelenog peršina; 5 dag masti i 5 dag brašna za zapržak; 1 kost od šunke; 2 suha peciva, sol.

*U jednoj posudi pristavite kuhati kost od šunke**. U drugoj na masti ispirajte nasjeckani luk i peršin, dodajte očišćenu leću i litru vode. Skuhanoj leći odvojite nekoliko žlica, drugo protisnite (propasirajte). Od masti i brašna načinite zapržak, zalijte vodom u kojoj se kuhala leća, dodajte vodu u kojoj se kuhala kost od šunke. Neka još malo vrije; provjerite treba li još soli, pa dodajte one cijele leće. Posebno narežite suho pecivo na kockice, popržite i dodajte svakome na tanjur u koji ćete uliti juhu.*

****SAVJET:** kost koja vam je preostala od šunke ili pršuta dobro je posebno kuhati, jer ne možete biti sigurni nije li preslana. Vodu u kojoj se kuhala oprezno dodavajte jelima da ih ne presolite.

RUČAK: ujušak od pileće sitneži, pečeno pile, topla salata od krumpira*, rolada**.

VEČERA: kakao, rolada.

TOPLA SALATA OD KRUMPIRA*

PRIPREMITE: 50 dag krumpira, 10 dag suhe slanine, 1 dl ulja, 1 žličicu senfa, octa po ukusu, jednu veliku glavicu luka, sol, papar.

Skuhajte krumpir. U međuvremenu narežite suhu slaninu na kockice a luk ogulite i nasjeckajte. Zagrijte ulje i popržite slaninu, dodajte skosani luk i smanjite vatru jer se luk smije samo malo popržiti. Ogulite skuhanu krumpir i narežite. Luku dodajte ocat i senf, sol i papar, neka malo prokuha. Prelijte topli krumpir i odmah poslužite.

****SAVJET:** roladu od biskvita i druge kolače od biskvitnog tijesta lakše ćete rezati ako ih najprije pustite da se dobro ohlade, ako je potrebno čak i u hladnjaku. U tom slučaju zamotajte ih u aluminijsku foliju da se ne osuše.

RUČAK: juha od špinata (pogledajte juhu od kopriiva — 11. V), janjeća plečka (pogledajte 6. VIII) i kolednik*.

VEČERA: kolač, mlijeko.

KOLEDNİK*

PRIPREMITE: 50 dag suhih smokava, 50 dag datulja, 25 dag kuhanih zimskih krušaka, 25 dag suhih šljiva, 10 dag arancina, 10 dag oraha, 10 dag lješnjaka, 1 žličicu samljevenog cimeta, nekoliko stucanih klinčića, 1/16 l ruma, 13 dag groždica, limunovu koricu; 1 dag kvasca (germe, pjenice), 12 dag brašna, 1/8 l mlijeka, 1 žlicu octa, malo soli; jaje za mazanje i 10 dag badema za posipanje.

*Suhe šljive najprije namočite u vodi, pa narežite njih, smokve, datulje, kruške i arancine. Dodajte groždice, narezane orahe i lješnjake, te sve začine i naribanu limunovu koricu. Zalijte rumom i ostavite pokriveno barem preko noći, a još bolje je ako stoje dan-dva. Drugog dana zamijesite kvasac, mlijeko, brašno, ocat i malo soli, pa dodajte namočeno voće. Oblikujte dugoljaste hljepčice koje namažite jajetom i ukasite bademima pa pecite na umjernoj vatri** jedan do dva sata. Dobri su kad malo odleže.*

****SAVJET:** ako želite postići osobito lijep sjaj, hljepčice za vrijeme pečenja češće premazujte sirupom od prokuhanog šećera.



Slika 1

Zimske neobičnosti: juha od cvjetače (pogledajte 4. I) i prepečeni kruh sa češnjakom (3. I) — ukusan i efektan način za „oživljavanje“ preostalog starog kruha.



Slika 2

Uz kavu ili čaj pokažite svoje umijeće u pečenju kolača! Gore lijevo: osinja gnijezda (pogledajte 19. I), gore desno: mramorni kolač (11. II), gore u sredini: savijača od vrhnja (8. XI), dolje lijevo: Tosca kolači (5. II), u sredini lijevo: finski kolačići (31. I), u sredini sasvim desno: kolačići s bademima (1. IV), u sredini desno: minjoni s malinama (16. VII) i sasvim dolje u sredini: danska srca (30. V).

RUČAK: pileća juha (koncentrat), zapečeni poriluk*, voće.

VEČERA: krumpir pečen u pećnici, salate, jogurt.

ZAPEČENI PORILUK*

PRIPREMITE: 1 kg poriluka, 6 dag brašna, pola litre nemasnog mlijeka, 2 dag ribanog sira, sol, papar.

*Poriluk pažljivo očistite (između listova zna biti zemlje) i skuhajte u što manje kipuće osoljene vode. Ocijedite i poslažite u vatrostalnu zdjelu. U brašno pomalo ulijevajte mlijeko, neprekidno miješajući da se ne stvore grudice. Osolite, malo popaprite i time prelijte poriluk. Pospite ribanim sirom i zapecite u pećnici. Poslužite toplo**.*

****SAVJET:** ovo je lagano dijetalno jelo gotovo bez masnoće pa će svakome dobro doći nakon teških jela za vrijeme praznika. Ako ste jako pretrpali želudac, onda jedan dan jedite samo kuhano povrće i pijte mlijeko.

RUČAK: okruglice sa šunkom (pogledajte 14. II), umak od kiselih krastavaca, voće.

VEČERA: kobasice pečenice, kuhani krumpir, salata od sirove cikle*.

SALATA OD SIROVE CIKLE*

(slika 25)

PRIPREMITE: 1 kg cikle, 3 lijepa korijena hrena, ulje, ocat, sol, po želji malo majoneze.

*Odaberite manje cikle pa ih pažljivo operite. Ogulite ih i još jednom operite. Obrišite ih i naribajte na najsitniji ribež. Ogulite hren, operite ga, pa i njega naribajte na najsitniji ribež. Ciklu** stavite u dublju zdjelu i pomiješajte je s hrenom. Količinu ćete podesiti prema ukusu — volite li ljuto ili ne. Osolite, zakiselite, dodajte ulje i odmah poslužite.*

****SAVJET:** cikla je vrlo vrijedna namirnica, sadrži dosta šećera i mnogo željeza. Ako nemate osjetljiv želudac, nastojte je zimi jesti sirovu, jer se tako ništa neće kuhanjem uništiti. Preporuča se malokrvnim osobama jer ima mnogo željeza. Sirovu naribanu ciklu pomiješajte s naribanom povrtnicom, ako ne volite hren. Druga je mogućnost da joj dodate skuhan pa nariban celerov korijen. Raznim dodacima postići ćete da cikla svaki puta dobije drugi okus. Salata od cikle dobra je ako je dovoljno kisela, a poželjno je ocat zamijeniti limunovim sokom, bogatim C vitaminom.

RUČAK: juha**, zapečena cvjetača (pogledajte 29. IX), restani krumpir, jabuke.

VEČERA: krvavice, kiseli kupus, sladoled od naranče*.

SLADOLED OD NARANČE*

(slika 12)

PRIPREMITE: 25 dag šećera u kockama, 3 naranče, 1/2 l sladoleda od vanilije.

Naranče dobro i pažljivo operite. Kockama trljajte koru da dobiju boju i miris, pa ih skuhaite u 2 dl vode da dobijete vrlo gust sirup. Koru polovice jedne naranče narežite na uske rezance, prokuhajte ih, operite, opet prokuhajte i osušite. Naranče ogulite, odvojite koštice, pa meso protisnite (propasirajte). Tik prije posluživanja u sasvim malo otopljeni sladoled umiješajte dobro ohlađen sirup i meso naranača. Ukrasite narezanim koricama i poslužite.

****SAVJET:** ako dio juhe namjeravate ostaviti za drugi dan svakako je procijedite. U protivnom će potamnjeti, od kuhanog povrća dobit će prejak miris, a može se i ukiseliti. Spremite čistu juhu u koju nije zakuhana tjestenina!

RUČAK: rječna riba s vinom*, pirjana riža, zelena salata.
VEČERA: rezanci s makom, bijela kava.

RJEČNA RIBA S VINOM*

PRIPREMITE: 75 dag sitnije rječne ribe, sol, papar, zeleni peršin, 2 dl bijelog vina, 1 žlicu brašna, 1 žlicu ulja, sok od limuna.

*Očistite ribe, operite ih i dobro ocijedite. Nauljite lim i u nj poslažite ribe. Osolite ih, popaprite, pospite sjeckanim zelenim peršinom. Prelijte vinom**, i pecite 25 minuta u dobro zagrijanoj pećnici. Okrečite ribe i zalijevajte ih sokom. Ispečene ribe poslažite na zagrijani pladanj a u sok od pečenja dodajte brašno i miješajte na vatri da se umak zgusne. Provjerite treba li mu još soli i papra, zakiselite limunovim sokom, pa prelijte preko riba.*

****SAVJET:** u nekim se krajevima ovako riba priprema s domaćim octom od jabuka koji daje jelu poseban okus. U tom slučaju ne treba stavljati limunov sok.

RUČAK: juha, teleće žlijezde u grašku*, kompot.
VEČERA: pržene srdele, kelj „lešo“, palačinke.

TELEĆA ŽLIJEZDA U GRAŠKU*

PRIPREMITE: dvije veće ili tri manje teleće žlijezde („brizila“), 2 glavice luka, 2 veće mrkve, ulje, sol, papar, listić lovora, nekoliko listića ružmarina, 2 čaše vina, konzervu od 50 dag graška**, zeleni peršin.

Ostavite žlijezde u vodi preko noći. Sutradan ih premjestite u svježu vodu, pristavite na vatru neka vriju 2 minute. Ocijedite ih, odstranite masnoću i očistite. Nasjeckajte luk i mrkve, propržite ih na ulju, dodajte žlijezde, prelijte vinom, osolite, popaprite, stavite lovor i ružmarin. Otvorite konzervu graška, ocijedite ga i operite. Ostavite da se cijedi. Nakon 15 minuta pirjanja izvadite teleću žlijezdu, a umak protisnite, dodajte grašak, vratite žlijezdu i pustite da vrije još neko vrijeme. Prije posluživanja pospite nasjeckanim zelenim peršinom.

****SAVJET:** konzervu graška je uvijek dobro imati u kući, jer se vrlo lako prilagodi kao prilog gotovo svakome jelu. Možete ga pripremiti na više načina a evo nekoliko ideja: podgrijanom grašku dodajte maslac i kosani zeleni peršin ili ga jednostavno prelijte vrhnjem. Možete ga zamastiti preprženim kockicama suhe slanine ili pomiješati s narezanim ostacima pečene i preliti umakom... kombinirajte prema prilikama!

RUČAK: pileća juha, rižoto od piletine i gljiva, varivo od špinata, torta s prženim bademima (pogledajte 17. XII).

VEČERA: nadjeveni limuni*, hladni naresci, čaj ili kuhano vino.

NADJEVENI LIMUNI*

PRIPREMITE: 4 limuna, 2 konzerve sardina, 5 dag maslaca, senf, papar.

*Prerežite limune, dolje odrežite da čvrsto stoje. Izdubite ih, meso sitno nasjeckajte i dodajte sardine koje ste zgnječili vilicom. Maslac dobro izmiješajte pa dodajte u masu. Probajte, pa ako je potrebno dodajte soli. Popaprite i dodajte po ukusu senfa. Napunite limune tim nadjevom**. Poslužite rashlađeno.*

****SAVJET:** ovo je prikladan dodatak narescima, a i vrlo efikasno predjelo; za svečane zgrade izrežite rub limuna cik-cak da bude ljepši. Sam nadjev dobar je namaz na kruh uz čaj ili za sendviče koje ukućani nose na posao ili u školu. Ako vam se čini da je nadjev preoštar i prejak, dodajte 2 samljevena tvrdo kuhana jaja.

RUČAK: juha od kostiju, slavonska pečenka*, kuhani krumpir, salata od naribanog celera**, torta.

VEČERA: Rezanci s orasima, mlijeko.

SLAVONSKA PEČENKA*

PRIPREMITE: 45 dag svinjetine za pečenje, mast, 25 dag kupusa, 1 dl vina, malo brašna, sol, papar, 10 dag moždane iz kostiju, zeleni peršin.

Meso operite, obrišite, osolite i ispecite na masti u pećnici. Pečeno meso izvadite na zagrijani pladanj i ostavite na toplome. Na mast od pečenja dodajte sasvim sitno nasjeckani kupus i ispirajte ga. Smiješajte vino s brašnom, dodajte u kupus. Moždanu narežite na kockice, napola otopite i time prelijte pečenku (možete je u međuvremenu narezati). Kupus osolite (oprezno jer je sok od pečenja slan), popaprite i stavite uz meso. Pospite sve nasjeckanim zelenim peršinom i poslužite.

****SAVJET:** celer je povrće koje su cijenili još stari Rimljani ali je tek u 16. stoljeću uzgojen s debelim korijenom i velikim lišćem kakav danas trošimo. I korijeni i lišće imaju ugodan karakterističan miris zbog mineralnih soli što ih sadrže. Korijen je odličan sirov (nariban pa pomiješan s vrhnjem ili majonezom) ili umiješan s drugim naribanim korjenastim povrćem (dobar je i kuhan pa i pohan).

RUČAK: rolada od ostataka mesa*, salata od kiselog kupusa.
VEČERA: riža na mlijeku, voće.

ROLADA OD OSTATAKA MESA*

PRIPREMITE: omot duboko smrznutog lisnatog tijesta (ako radite sami uzmite 12 dag margarina i 24 dag brašna), 20 dag mljevenog mesa**, 2 kriške kruha, 1 limun, 2 žličice ukuhane rajčice, zeleni peršin, 1 malu kiselu jabuku, 5 jaja, sol, papar, malo mlijeka.

Namočite kruh u mlijeko. Tvrdno skuhaite 4 jaja, peršin nasjeckajte. Iscijedite kruh, umiješajte meso, peršin, 1 sirovo jaje (malo bjelanjka odvojite kako biste kasnije premazali tijesto), oguljenu jabuku naribajte na najsitniji ribež pa također dodajte u nadjev. Razvaljajte odmrznuto tijesto, premažite ga nadjevom pa po sredini poslažite oguljena jaja. Uvijte roladu, premažite je bjelanjkom. Pecite u prethodno zagrijanoj pećnici oko pola sata na srednje jakoj vatri. Možete jesti toplo i hladno.

****SAVJET:** na taj način možete iskoristiti ostatke pečenja koji su se osušili i postali neukusni. Za roladu možete uzeti i meso iz juhe, ali u tom slučaju dodajte malo suhe slanine, jer je kuhano meso suho i nema dovoljno mirisa.

RUČAK: pile sa začinskim travama*, pire od krumpira, salata od kupusa.

VEČERA: pita od jabuka, mlijeko**.

PILE SA ZAČINSKIM TRAVAMA*

(slika 5)

PRIPREMITE: 1 pile, sol, papar, 1/2 šalice sjeckanog zelenog peršina, 1/2 žličice smrvljenog ružmarina, majčine dušice i mažurane, mljevenu crvenu papriku, ulje za pečenje.

Pile očistite, operite i obrišite. Izvana ga osolite i dobro natrljajte mljevenom crvenom paprikom. Iznutra osolite i pospite svim začinskim travama. Ispecite u pećnici na ulju, povremeno podlijevajte juhom. Pecite oko jedan sat.

****SAVJET:** kad mlijeko iskipi, po cijeloj kući se širi neugodan miris. To ćete spriječiti ako postupite brzo: preko iskipljenog mlijeka prelijte malo octa i odmah dobro operite, pa na još vrući štednjak pospite malo soli.

RUČAK: mljeveni odresci**, varivo od poriluka.
VEČERA: miješana salata sa crvenim kupusom*, čaj.

MIJEŠANA SALATA SA CRVENIM KUPUSOM*

PRIPREMITE: 15 dag mrkve, 8 dag celerovog korijena, 2 kisela krastavca, 2 poriluka (samo bijeli dio, zeleni iskoristite opodne u varivu), 1/2 glavice crvenog kupusa, sol, papar, ulje, ocat, 15—20 dag narezaka.

Mrkvu, celer i kisele krastavce naribajte na najsitniji ribež. Poriluk očistite i narežite na kolute. Kupus očistite i nasjeckajte. Nareske narežite na rezance. Sve pomiješajte, osolite, začinite octom i uljem.

****SAVJET:** kad kod kuće meljete meso na kraju kroz stroj protjerajte krišku kruha. Pobrat će sve ostatke mesa, a onda ga dodajte smjesi za odreske.

RUČAK: pohana riba, varivo od prokulice**.
VEČERA: osinja gnijezda*, bijela kava.

OSINJA GNIJEZDA*

(slika 2)

PRIPREMITE: 30 dag brašna, 6 dag maslaca ili margarina, 1 žumanjak, 5 dag šećera, malo soli, koricu od 1 limuna, malo mlijeka, 1,5 dag kvasca (germe), 7 dag badema, 7 dag ušćečene narančine korice, 10 dag groždica (po mogućnosti tamnih), malo cimeta, 3 dag čokolade, 8 dag maslaca ili margarina za močenje, malo margarina za lim, grubo samljevene oguljene bademe za posipanje.

Kvasac, malo šećera i brašna stavite u mlako mlijeko da se digne. Zatim to stavite u ugrijano brašno s preostalim šećerom, soli, limunovom koricom (naribanom), žumanjcem i još malo mlijeka. Zamijesite glatko tijesto i tucite ga kuhačom dugo i jako da se počne odljepljivati od kuhače. Ostavite ga na toplom mjestu da se digne. Zatim razvaljajte po pobrašnjenoj dasci, narežite na 25—30 cm široke trake po kojima pospite narezane bademe i korice, groždice i komadiće čokolade. Savijte u roladu, narežite je na komade 5—6 cm dugačke, svaki namočite u otopljeni maslac i poslažite u namazani lim rezanom stranom okrenutom prema dolje. Pospite bademima, stavite na toplo mjesto da se diže pola sata i ispecite u pećnici na srednje jakoj vatri.

****SAVJET:** prokulica mora biti mala, lijepo okrugla i tvrda. Prokulica očistite vanjska 2—3 oštećena lista i dio korijena pazeći da se glavica ne raspadne. Operite u vodi kojoj ste dodali malo octa i spustite u kipuću osoljenu vodu.

RUČAK: goveđa juha, „riblji kolač“*, umak od rajčica, kuhani krumpir, kompot.

VEČERA: salata od govedine iz juhe i tvrdo kuhanih jaja, jogurt.

„RIBLJI KOLAČ“*

PRIPREMITE: 20 dag kuhane ribe (ili iz konzerve iz koje svaka-ko ocijedite ulje), 3 jaja, 4 dag margarina, 3 dag brašna, pola litre mlijeka, sol, papar, muškatni oraščić.

*Ribu dobro očistite od kostiju a meso usitnite. Zapalite pećnicu da se grije. Načinite bešamel-umak: zagrijte margarin, dodajte brašno i samo malo pržite da ne potamni. Miješajući zalijte hladnim mlijekom. Miješajte dalje dok se ne zgusne. Osolite, popaprite, naribajte malo muškarnog oraščića. Dodajte usitnjenu ribu i žumanjke. Od bjelanjaka istucite vrlo čvrsti snijeg i oprezno ga umiješajte u smjesu. Ulijte je u namljenu dublju posudu dovoljno veliku da smjesa dođe samo do 2/3 (jer će jelo narasti poput nabujka). Stavite u srednje zagrijanu pećnicu i pecite na slaboj vatri pola sata, onda pomalo pojačajte vatru i pecite još desetak minuta. Poslužite odmah**.*

****SAVJET:** ovako možete pripremiti ostatke kuhane ili pečene ribe. Jelo je preporučljivo jer je hranjivo i sadrži dvije namirnice koje, na žalost, rijetko dolaze na naše stolove: ribu i mlijeko.

RUČAK: lonac od teletine s povrćem*, palačinke sa sirom.

VEČERA: topli sendviči sa šunkom, čaj, sitni kolači.

LONAC OD TELETINE S POVRĆEM*

PRIPREMITE: 50 dag teletine, 5 krumpira, 1 korijen celera, 3—4 mrkve, 1 glavica luka, 1 poriluk, sol, papar, žlicu masti, jednu te-leću kost s moždanom, zeleni peršin.

*Meso narežite na manje komadiće. Sve povrće očistite, sitno narežite pa osolite, popaprite i promiješajte. Na dnu lonca otopite mast pa slažite red povrća, red teletine i na vrh stavite kost. Zalijte da sve bude u vodi. Lonac hermetički zatvorite i kuhajte 2 sata. Prije posluživanja pospite nasjeckanim zelenim peršinom**.*

****SAVJET:** jela tipa „lonca“ vrlo su ukusna, a meso i povrće najbolje sačuvaju okus i hranjive sastojke. Svima je zajedničko što se u njima miješaju razne vrste povrća, mesa i mirodija, posuda se dobro zatvori i jelo sa svim polako kuha na vrlo slaboj vatri. Ništa se ne prži, pa je masnoća lakše probavljiva. Po ukusu, u neke kombinacije može se dodati vina ili čak piva. Važno je da poklopac hermetički prijanja, pa su za to najbolji ekspres-lonci, a za obične pomiješajte brašno s malo vode i tim „tijestom“ zalijepite poklopac.

RUČAK: kokot u vinu*, pire od krumpira, salata od kupusa, kruške s kremom (pogledajte 16. II).

VEČERA: puding s kompotom.

KOKOT U VINU*

PRIPREMITE: pile teško 1,5—1,8 kg, 5 dag maslaca ili margarina, 10 dag suhe slanine s dosta mesa, 25 dag manjih glavica luka, 1 veći režanj češnjaka, začinske trave (zeleni peršin, grančicu majčine dušice, 2 mala listića lovora), 20 dag gljiva (šampinjona ili drugih), 1 žlicu konjaka, 1/2 l vina; za umak još 2,5 dag maslaca i žlicu brašna, sol, papar.

*Pile narežite na komade. Na zagrijanom maslacu popržite suhu slaninu narezanu na kockice, dodajte cijeli, samo oguljeni luk i zgnječeni češnjak. Malo promiješajte, onda dodajte piletinu, začinske trave i očišćene gljive. Miješajte na jakoj vatri. Onda zalijte konjakom i zapalite, prelijte vinom i dalje kuhajte na slaboj vatri 50 min. Tada na zagrijani pladanj izvadite piletinu, luk i gljive. Izradite maslac s brašnom, dodajte u umak i pustite da se zgusne, pa prelijte preko pileline**.*

****SAVJET:** što bolje vino uzmete to će ukusnije biti ovo tradicionalno francusko jelo. Kao i sva jela s umakom i ovo je još bolje drugoga dana, podgrijano tako da lonac s jelom potopite u većem s kipućom vodom i držite na vatri da se ugrije. U tom slučaju mješavinu maslaca i brašna nemojte umiješati prvi dan, već tik prije posluživanja. Vino koje ste stavili u jelo (najbolje odležani burgundac) poslužite i kao piće.

RUČAK: juha od krumpira s rajčicama, vijenac od riže i ribe (pogledajte 29. IV), zelena salata.

VEČERA: češki uštipci*, bijela kava.

ČEŠKI UŠTIPCI*

PRIPREMITE: 40 dag brašna (otprilike 3/4 l), malo soli, 3/8 l mlijeka, 4 dag šećera, 1 jaje, 1 žumanjak, posebno 1/16 l mlijeka, 3 dag brašna i sasvim malo šećera s 2 dag kvasca (germe) za kvas, te mast ili ulje za prženje, 15 dag marmelade i 4 dag šećera u prahu za posipanje.

*Svi sastojci neka budu mlaki, a brašno ugrijano. Kvasac i nabrojene posebne sastojke pomiješajte i stavite na toplo. Dodajte u zagrijano brašno, umiješajte i sve druge navedene sastojke, zamijesite tijesto i dugo ga tucite. Stavite ga na toplo da se dignu. Za prženje će vam dobro doći tavnica s udubljenjima u koja ćete stavljati uštipke. Ako je nemate, zagrijte masnoću u dubljoj posudi da uštipci mogu slobodno plivati. Žlicom grabite tijesto i spuštajte u dobro zagrijanu masnoću, pa na srednjoj vatri pržite s jedne i s druge strane. Zatim ih po dva sastavite marmeladom i pospite šećerom. Ako ih pržite u tavi, bit će lijepo plosnati i dat će se lako slijepiti, u protivnom su možda previše okruglasti da bi se slijepili pa onda marmeladu poslužite uz njih tako da je svatko doda na uštipke**.*

****SAVJET:** umjesto marmelade možete uz uštipke poslužiti gustu kašicu (pire) od jabuka, te voćni sok.

RUČAK: juha od graha sa suhom slaninom, riža sa cvjetačom*, naranče.

VEČERA: sir i vrhnje.

RIŽA SA CVJETAČOM*

PRIPREMITE: 1 glavicu cvjetače tešku oko 1 kg, sol, 15 dag riže, 3 dag maslaca, 2 jaja, sol.

*Cvjetaču podijelite na cvjetice i spustite u kipuću osoljenu vodu. Skuhanu ocijedite pa u istoj vodi skuhaite i rižu. Cvjetaču zgnječite, pomiješajte s ocijeđenom rižom, dodajte žumanjke, maslac i na kraju snijeg od bjelanjaka. Provjerite treba li još soli. Ulijte u vatrostalnu posudu i zapecite u pećnici**.*

****SAVJET:** ovo je lagano a hranjivo jelo pa se preporuča u prehrani bolesnika.



Slika 3

Buffet za goste neka ih dočeka s odmornom domaćicom koja neće morati cijelo veče prostirati i raspremati stol. Na ovom su stolu: mini-pizze (pogledajte 27. I), govedina na burgundski način (28. I) i Sacher-torta (29. I).

Slika 4

Jela od mesa ne moraju biti jednolična! I bez uobičajenih odrezaka dadu se pripremiti ukusna jela; lijevo: finkadella (pogledajte 15. III), u sredini dolje: teleća prsa na rimski način (22. II), desno: pirjana goveda pečenka (12. II).



RUČAK: juha od krumpira, punjeni kupus*.

VEČERA: žganci sa čvarcima, jogurt.

PUNJENI KUPUS*

PRIPREMITE: jednu lijepu glavicu zelenog kupusa, 1 glavicu luka, 25 dag mljevenog mesa, ulje, 1 krišku kruha, malo mlijeka, 1 jaje, sol, papar, 4 dl juhe, lovorov list.

*Očistite glavicu od vanjskih listova, skratite korijen (ne previše da se glavica na bi raspala) i spustite u osoljenu kipuću vodu da kuha pola sata. U međuvremenu namočite kruh u mlijeko, na ulju propržite nasjeckani luk, dodajte mu mljeveno meso, jaje, sol i papar a na kraju i iscijeđeni kruh. Izvadite kupus, razmaknite listove i među njih stavite nadjev**. Svežite koncem da se ne bi raspalo. Prelijte juhom i pecite u pećnici otprilike 1 sat.*

****SAVJET:** ako je glavica premekana pa se listovi raspadaju dok ih razdvajate, izdubite sredinu i u nju stavite nadjev. Napunjeni kupus umjesto da pečete u pećnici možete skuhati u juhi pa poslužiti prelive isprženim mrvicama.

RUČAK: juha od suhoga graška, pastrve s bademima*, krumpir pire, salata**.

VEČERA: bijela kava, proprženi kruh s pekmezom.

PASTRVE S BADEMIMA*

PRIPREMITE: 4 pastrve, 4 dag maslaca, 4 dag oguljenih badema, 2 limuna, sol, papar, malo ulja.

Pastrve očistite, operite i dobro obrišite. U velikoj tavi zagrijte maslac i ulje pa ispržite pastrve na srednje jakoj vatri. Ne dirajte ih ni kuhačom ni vilicom, nego s vremena na vrijeme protresite tavu. Nakon 10 minuta pastrve pažljivo okrenite i pržite ih s druge strane još 10 minuta. Osolite ih, popaprite, nakapajte limunovim sokom. Izvadite ih na zagrijani pladanj, a na preostaloj masnoći propržite na listiće narezane bademe pa ih pospite po pastrvama.

****SAVJET:** zelenu salatu pokušajte jednom pripremiti drugačije — s kiselim vrhnjem. To će dobro doći uz lagana jela kao što su ribe i krumpir pire. Salatu operite i stavite da se ocijedi. U vrhnje posebno umiješajte limunov sok, sol, papar i nasjeckani vlasac ili koper. Time prelijte salatu prije posluživanja.

RUČAK: juha od rajčice, musaka od krumpira, miješano ukiseljeno povrće.

VEČERA: mini-pizze*, kolači, punč.

MINI-PIZZE*

(slika 3)

PRIPREMITE: 2 omota duboko smrznutoga lisnatog tijesta, 5 debljih odrezaka šunke, 1 žumanjak, 2 žlice maslinovog ulja, žličicu senfa, 1/2 žličice origana**, 4 žlice naribanog sira, sol.

Izvadite lissato tijesto prije da se odmrzne. U zdjelici dobro pomiješajte jaje, senf, ulje i origano. Razvaljajte tijesto, izrežite okrugle oblike, premažite smjesom, pa na svaki stavite komadić šunke i obilato pospite ribanim sirom. Jelo možete pripremiti unaprijed i ispeći u posljednji trenutak tako da pred goste dođe vruće ili ispeći ranije pa poslužiti hladno. U oba slučaja stavite peći u zagrijanu pećnicu i pecite desetak minuta na 225°.

****SAVJET:** sa sve većom popularnošću nekih talijanskih specijaliteta, a prvenstveno pizze, u nas se uvriježio naziv origan (prema talijanskom origano) iako je to u nas na kamenjaru uz more samonikla biljka, divlja mažurana. Vrtna mažurana (nazvana i „slatka“) više se upotrebljava u našoj kuhinji, a uzgaja se i kao ukrasna biljka u vrtovima. Origan daje svojstven miris mnogim talijanskim jelima s mesom, jajima i povrćem (naročito nekim salatama).

RUČAK: govedina na burgundski način*, kompot.
VEČERA: pečene jabuke**, keksi.

GOVEDINA NA BURGUNDSKI NAČIN*

(slika 3)

PRIPREMITE: 1 kg prvorazredne govedine, 4 glavice luka, 1/4 kg mrkve, 20 dag gljiva (šampinjona), 3 režnja češnjaka, 2 odreska suhe slanine, sol, papar, 1/2 butelje vina (po mogućnosti burgundca), 1 dl konjaka, 2 žlice ulja, 20 dag sitnih glavica luka.

Narežite govedinu na kocke stranice 3 cm. Nasjeckajte veći luk, manje ogulite, usitnite češnjak, male šampinjone ostavite cijele, veće narežite, a narežite i očišćene mrkve. Ulijte ulje u veći lonac, pa na dno stavite suhu slaninu, pa sloj mesa. Osolite ga i popaprite. Pokrijte slojem povrća, opet stavite meso, osolite ga, popaprite i pokrijte drugim odreskom slanine. Ponovo popaprite, zalijte konjakom i vinom, ako je potrebno dodajte i juhe da sve bude pokriveno. Poklopite i kuhajte da govedina omekša.

****SAVJET:** jabuke koje pečete u pećnici neće pucati ni prskati stijenke pećnice ako ih prethodno nabodete čačalicom ili pletačom iglom.

RUČAK: pečena janjetina, pečeni krumpir, salata od radića, sacher-torta* s tučenim slatkim vrhnjem.
VEČERA: torta, kakao.

SACHER-TORTA*

(slika 3)

PRIPREMITE: za tijesto: 14 dag maslaca, 16 dag šećera, 18 dag čokolade, 8 jaja i 2 bjelanjca; maslac i mrvice za kalup; za ocaklinu: 20 dag šećera, 20 dag čokolade; 5 dag najfinije marmelade od kajsija.

*Stavite čokoladu na toplo da omekša. Dugo i pažljivo miješajte maslac, umiješajte mu šećer, ugrijanu čokoladu, pa jedan po jedan žumanjak. Na kraju pomiješajte brašno i čvrst snijeg od bjelanjka. Kalup za tortu namažite maslacem i pospite mrvicama. Uspite smjesu i stavite u zagrijanu pećnicu. Pecite na srednje jakoj vatri jedan i pol sat pazeći da ne zagori. Ohlađenu tortu prerežite vodoravno na tri lista. Prvi i drugi namažite marmeladom; slijepite natrag tortu. Za ocaklinu skuhaite šećer u 2 dl vode kako biste dobili sirup koji se vuče u niti. Dodajte čokoladu i dalje miješajte dok ne dobijete glatku smjesu. Neka uzavre, onda je protisnite (propasirajte), vratite na vatru da još jednom uzavre i kuhajte da se zgusne. Ocaklinom prevucite tortu**, ukasite tučenim slatkim vrhnjem.*

****SAVJET:** od slavnih bečkih kolača među najslavnije spadaju oni koji nose Sacherovo ime. Znamenita torta priprema se na više načina, ali ovo je originalni recept po kojem je tijesto samo po sebi toliko dobro da mu nije potrebna nikakva krema osim marmelade. Po jednostavnijem receptu najprije se istuče 6 bjelanjaka, pa se dodaje 16 dag šećera i žumanjci, onda 14 dag čokolade, 12 dag ulja i 14 dag brašna.

RUČAK: juha od luka, pohana riba sa tartar umakom*, kompot.
VEČERA: krumpir pečen u pećnici, maslac.

UMAK TARTAR*

PRIPREMITE: 2 žumanjka, 6 žlica ulja, 2 riblja fileta (slana), nekoliko kapara, 1 kiseli krastavac, vezicu zelenog peršina i druge začinske trave po ukusu (majčinu dušicu, ružmarin i dr.) u vrlo malim količinama, sol, papar, limunov sok.

*Miješajte žumanjke i pomalo dodavajte ulje. U dobivenu gustu majonezu dodajte sve ostale sastojke i provjerite okus. Prelijte preko ispothane ribe**.*

****SAVJET:** umak će biti laganiji ako mu dodate malo vina. Možete ga pripremiti i od kupljene majoneze.

RUČAK: mozak sa špinatom (pogledajte 19. V), kompot.
VEČERA: sendviči, finski kolačići*, koktel**.

FINSKI KOLAČIĆI*

(slika 2)

PRIPREMITE: 20 dag maslaca ili margarina, 4 žlice šećera, 5 dag badema, 4,5 dl brašna; bjelanjak za premazivanje i kristal-šećer.

Mrvite na dasci maslac s brašnom kako biste dobili mrvice. Dodajte samljevene bademe i šećer. Zamijesite tijesto i ostavite da stoji na hladnom dva sata. Onda ga oblikujte u valjuške velike kao deblji prst. Uvaljajte ih u stučeni snijeg, a zatim u kristal-šećer. Neka budu dugački oko 4 cm. Poslažite ih na lim i pecite u zagrijanoj pećnici desetak minuta na 200°.

****SAVJET:** ne stavljajte gostima krišku limuna u piće, već je zarezite i natakните o rub čaše. Tko želi iscijediti će sok u piće.

RUČAK: pržene srdele, topla salata od mahuna*, kompot.
VEČERA: makedonska pogača (pogledajte 23. II), jogurt.

TOPLA SALATA OD MAHUNA*

PRIPREMITE: 2 omota duboko smrznutih mahuna**, 4 jaja, 3 režnja češnjaka, ulje, zeleni peršin, limunov sok, sol, papar.

Mahune neodmrznute spustite u kipuću osoljenu vodu i skuhaite ih. Tvrdo kuhana jaja ogulite i usitnite. Spustite ih na zagrijano ulje, dodajte usitnjeni češnjak i malo miješajte da se dobro zagrije. Prelijte preko skuhanih i ocijeđenih, sasvim toplih mahuna. Dodajte soli, popaprite, pospite nasjeckanim zelenim peršinom i po ukusu zakiselite.

****SAVJET:** duboko smrznuto povrće najbolje je pripremljena zimnica jer se sastojci ne uništavaju kuhanjem niti se dodavaju bilo kakva kemijska sredstva (konzervansi). Trajnost dubokosmrznute hrane je neobično duga, važno je jedino da provjerite jesu li bili propisno čuvani u trgovini u posebnim hladnjacima s vrlo niskim temperaturama. Dubokosmrznuto povrće možete držati u odjelu hladnjaka s najnižim temperaturama (frizeru) ili u škrinji za duboko zamrzavanje pod uvjetom da se nimalo nije počelo odmrzavati na putu od trgovine do kuće. Najbolje je odmah skuhati, a u hladnjaku držite najdulje jedan dan.

RUČAK: leća s govedinom*, kompot.
VEČERA: zapečene palačinke sa sirom.

LEĆA S GOVEDINOM*

PRIPREMITE: 15 dag leće**, ulje, 50 dag govedine, 1 teleću kost, 1 litru juhe (može koncentrat), sol, papar, lovor, majčinu dušicu, 2 režnja češnjaka.

Očistite leću i namočite je, neka stoji najmanje 3 sata. Narežite govedinu i pecite na ulju miješajući da se stvori korica. Zalijte juhom, dodajte teleću kost i začine. Neka kuha 2 sata. Onda ocijedite leću, spustite je u kipuću slanu vodu, kuhajte 10 minuta, ocijedite i dodajte mesu. Kuhajte još 1 sat. Umiješajte nasjeckani češnjak i provjerite treba li još soli ili začina. Poslužite.

****SAVJET:** leća je vrlo zdrava namirnica. Samog željeza ima dvostruko više nego špinat a proteina koliko i meso. Stoga se preporuča djeci i slabokrvnim osobama.

RUČAK: mljeveni odresci*, varivo od kelja.

VEČERA: špageti, milanski umak od oraha (pogledajte 18. XII), voćna salata**.

MLJEVENI ODRESCI*

(slika 6)

PRIPREMITE: 75 dag mljevene govedine, 5 dag luka, 8 dag maslaca ili margarina, 2 žemlje ili 4 odreska kruha, 2 jaja, sol, papar, mažurane (nije obavezno), malo juhe, ulje.

Nasjeckajte luk i ispržite ga na maslacu ili margarinu. Ohlađeni luk dodajte mesu. Namočite i iscijedite žemlje, pa ih dodajte mješavini. Osolite je, popaprite i po želji dodajte mažuranu. Dodajte još jaja, pa toliko juhe da dobijete glatku smjesu. Oblikujte plosnate popečke i ispržite na ulju da budu lijepo smeđi.

****SAVJET:** ananas je obično konzerviran u kolotovima, a za voćnu salatu (ili kolač) obično vam trebaju male kriškice. Kolutove ćete lakše narezati ako to učinite dok su još u konzervi.

RUČAK: ujušak od pileće sitneži, pohano pile**, rizi-bizi, salata od matovilca.

VEČERA: hrenovke, punjeni grejp*.

PUNJENI GREJP*

PRIPREMITE: 2 grejpa, 1 jabuku, 2 naranče, 1 bananu, 1 žlicu ruma, ukuhane trešnje, tučeno slatko vrhnje.

Grejpove vodoravno prerežite i izdubite, pa meso narežite na kockice. Dodajte oguljene i jednako sitno narezane jabuku i naranču, te bananu oguljenu i narezanu na tanke ploške. Zalijte rumom i ostavite da stoji 1 sat. Kušajte da vidite treba li šećera. Umiješajte trešnje pa time napunite grejpove a na vrhu ukasite tučenim slatkim vrhnjem.

****SAVJET:** za pohanje je najbolje kupiti krupnije piliće teške otprilike 1 kg i 20 dag jer im je meso sigurno ukusno. Manje piliće možete također pohati ako su domaći. Manji pilići se obično peku cijeli ili u većim komadima na roštilju ili se koriste za paprikaš. Dobro pile ima široka prsa, lijepo razvijene batke i karablatke, koža mu je lagano bubuljičava i dobro je srasla s mesom.

RUČAK: juha od cvjetače (pogledajte 4. I), naglo prženi bifteci i jaja na oko**, salata, Tosca-kolači*.

VEČERA: kakao, kolači.

TOSCA-KOLAČI*

(slika 2)

PRIPREMITE: za tijesto: 15 dag maslaca ili margarina, 1 i 1/4 dl šećera, 1 jaje, 4 dl brašna; za nadjev: instant-puding s okusom limuna; za ukras: 1 dl badema, 5 dag maslaca ili margarina, 1/2 dl šećera.

Izmrvite zajedno brašno i masnoću, dodajte šećer i jaje pa zamijesite tvrdo tijesto. Stavite na hladno mjesto da se odmara. U međuvremenu, za ukras otopite šećer sa žlicom-dvije vode kako biste dobili gusti sirup u kojem otopite maslac i malo prokuhajte. Maknite s vatre, umiješajte bademe narezane na listiće i držite na toplome. Razvaljajte tijesto i izrežite okruglim kalupom kolače. Poslažite ih na lim i stavite u zagrijanu pećnicu da se peku 10—12 minuta na 200°. Polovicu kolačića izvadite iz pećnice nakon 7 minuta, premažite mješavinom s bademima i pecite dalje. Ispečene pre-mazane kolačiće tople stavite preko preokrenutih fildana ili čašica da dobiju kupast oblik. Pripremite puding prema uputama na omotu, ali stavite manje tekućine da bude gušći. Njime slijepite ravne i zaobljene kolačiće.

****SAVJET:** ako ste primijetili da su se jaja previše prilijepila za dno tavice poklopite ih i ostavite još nekoliko minuta na sasvim slaboj vatri. Od stvorene pare lakše će se odvojiti od dna.

RUČAK: juha, torta od makarona*, ukiseljene paprike, kruške.
VEČERA: omlet sa šunkom, salata, mlijeko.

TORTA OD MAKARONA*

PRIPREMITE: 20 dag makarona, 4 žlice guste ukuhane rajčice, sol, papar, malo ružmarina, 3 jaja, 5 dag ribanog sira, 25 dag suhe slanine, malo margarina.

*Skuhajte makarone u osoljenoj vodi. Neka se ne raskuhaju, treba da ostanu čvrsti. Ocijedite ih. Suhu slaninu narežite na kockice, ispržite je, dodajte ukuhanu rajčicu. Promiješajte na vatri, zatim maknite i dodajte ružmarin. U mlaki umak umiješajte jaja i ribani sir, osolite i popaprite. Okrugli lim namažite margarinom** pa slažite red po red makarona a svaki red obilato zalijte smjesom od rajčica. Zapečite u pećnici, iskrenite na pladanj i poslužite.*

****SAVJET:** za ovakva jela, koja namjeravate istresti iz lima tako da im sačuvate oblik, kalup treba obilato namazati margarinom po dnu i stijenkama kako bi jelo lako kliznulo na pladanj. Ovo jelo možete ljeti poslužiti i hladno.

RUČAK: varivo od poriluka sa suhim rebarcima, kolač s džemom*.

VEČERA: krvavice, pirjani kiseli kupus, kuhani krumpir.

KOLAČ SA DŽEMOM*

PRIPREMITE: za tijesto: 25 dag brašna, 11 dag margarina, pola praška za pecivo, 11 dag šećera, 1 jaje, pola limuna; za nadjev: 2 svježa kravlja sira, 3 jaja, 3 žlice šećera u prahu, 2 žlice ruma; džem.

*Za tijesto smrvite margarin s brašnom, dodajte šećer, jaja, prašak, te sok i naribanu koricu od limuna. Tijesto razvaljajte, njime obložite dno i donji dio stijenki okruglog lima pa uspite sirovi grah da za vrijeme pečenja tijesto ne bi spuzlo; ispecite. Grah izvadite. Posebno načinite nadjev: vilicom zgnječite sir, dodajte šećer u prahu i rum, pa miješajte da dobijete glatku smjesu. Umiješajte jedan po jedan žumanjak. Stavite u hladnjak da se dobro ohladi. Prije posluživanja u smjesu umiješajte čvrsti snijeg od bjelanjaka. Nadjevom ispunite ispečeno tijesto, odozgo premažite džemom**.*

****SAVJET:** ovaj nadjev može vam bez tijesta poslužiti kao krema koju ćete staviti u zdjelice. Prije punjenja kolača dobro je odrezati gornji rub tijesta jer je obično neravan i taman.

RUČAK: varivo od kisele repe, odresci od mljevenog mesa, gnijezdo od jabuka*.

VEČERA: krumpir pečen u ljusci sa maslacem i svježim sirom.

GNIJEZDO OD JABUKA*

PRIPREMITE: 4 velike ili 8 malih jabuka, malo maslaca i malo šećera u prahu, 3 jaja, 10 dag šećera, pola žličice cimeta, sasvim malo soli, 13 dag brašna, ukuhane trešnje.

*Jabuke dobro operite (nemojte ih guliti) pa im izdubite sredinu. U vatrostalnoj zdjeli otopite malo maslaca da cijelo dno bude zamazano. Jabuke uvaljajte u šećer u prahu i poslažite u vatrostalnu zdjelu. Dobro istucite mikserom jaja sa šećerom, onda dodajte cimet, sol i brašno, pa opet dobro promiješajte. Tom smjesom ispunite prostor između jabuka. Pecite ih 25 minuta u pećnici na jačoj vatri. U udubinu svake jabuke stavite ukuhanu trešnju nakon što ispečete kolač**.*

****SAVJET:** ovaj je kolač najbolji dok je mlak. Umjesto cimeta možete zamirisati vanilin šećerom ili stucanim klinčićima. Ako želite hranjiviji kolač osim brašna dodajte i samljevenih badema.

RUČAK: juha, popečki od krumpira, salata od crvenog kupusa*.
VEČERA: krupica na mlijeku s ukuhanim voćem.

SALATA OD CRVENOG KUPUSA*

PRIPREMITE: 1 manju glavicu crvenog kupusa**, sol, ocat, papar u zrnu i 1 list lovora, 2 režnja češnjaka, malo ulja.

Kupus sitno narežite, osolite i ostavite da stoji. S vremena na vrijeme promiješajte. Zatim kupus ocijedite stišćući ga između dlanova. Začinite octom i drugim sastojcima. Dobro je da opet stoji sat-dva prije posluživanja.

****SAVJET:** crveni kupus je vrsta običnog kupusa ljubičasto-crvene boje zbog kemijskih spojeva što ih sadrži. Sirov je bogat vitaminima i mineralnim solima. Zdraviji je na salatu, a osim toga, kuhan se dosta teško probavlja.

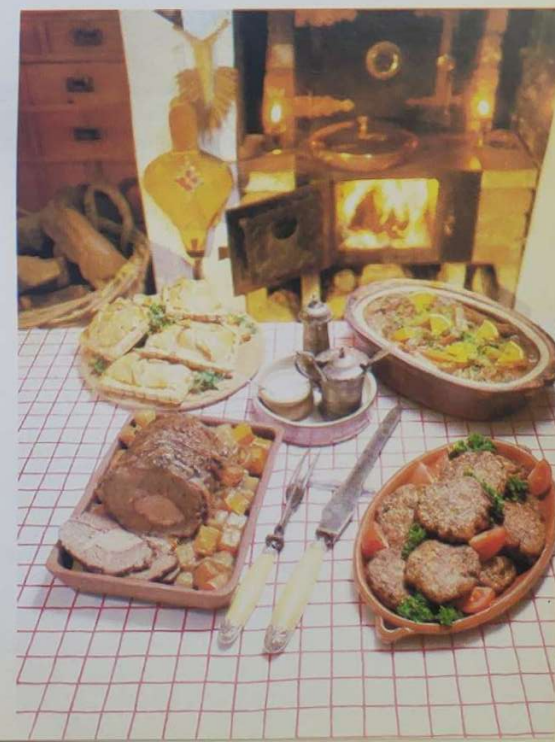


Slika 5

Piletina pruža neiscrpne mogućnosti pripremanja — evo još nekoliko recepata! Gore: piletina s bademima (pogledajte 26. III), dolje lijevo: pile sa začinskim travama (17. I) i dolje desno: piletina s paprikama (1. VII).

Slika 6

Govedina se često nalazi na našim stolovima — da li i na ovaj način? Gore lijevo: jastučići s mesom (pogledajte 25. II), gore desno: smeđi govedi ragu (8. III), dolje lijevo: govedina na francuski način (18. III) i dolje desno: mljeveni odresci: (3. II).



RUČAK: ragu od janjetine*, žličnjaci, naranče.

VEČERA: pržene odjevene jabuke, mlijeko.

RAGU OD JANJETINE*

PRIPREMITE: 1,40 kg janjetine, 5 glavica luka, 2 mrkve, 6 dag masti, sol, papar, zeleni peršin, malo brašna.

*Narežite meso na kocke, ispržite ih dobro sa svih strana na masti. Dodajte nasjeckani luk i pržite dalje da dobije boju. Onda dodajte očišćene i na listiće narezane mrkve, pospite brašnom, još malo pržite miješajući i zalijte s toliko vode da jelo bude pokriveno. Osolite, popaprite i kuhajte pokriveno na slaboj vatri. Kad je meso i povrće mekano, provjerite je li sok prerijedak pa ako jest, pojačajte vatru i pustite da otklopljeno vrije da bi se isparila suvišna tekućina**.*

****SAVJET:** za jela s umakom možete upotrijebiti i lošije dijelove janjetine. U ragu možete dodati i češnjaka jer se on dodaje gotovo svakom jelu od janjetine budući da mu se miris odlično slaže s mirisom tog mesa.

RUČAK: pečena patka**, mlinci, salata, mramorni kolač*.

VEČERA: kolač, punč od crnog vina (pogledajte 16. XII).

MRAMORNI KOLAČ*

(slika 2)

PRIPREMITE: 28 dag maslaca ili margarina, 46 dag šećera, 6 jaja, 1/4 l mlijeka, korica od 1/4 limuna, 56 dag brašna, 1 prašak za pecivo, 7 dag kakaa, malo maslaca i brašna za kalup, šećer u prahu za posipanje.

U pjenasto izmiješan maslac postepeno umiješajte šećer, žumanjke, naizmjenice hladno mlijeko i polovicu brašna, te naribanu limunovu koricu. Umiješajte još snijeg od bjelanjka i preostalo brašno u koje ste umiješali prašak za pecivo. Smjesu podijelite u dva dijela, pa u jedan dodajte kakao rastopljen s malo vode. Lim namažite maslacem i pospite brašnom, pa istodobno lijevajte tamnu i svijetlu smjesu da se pomiješaju kao šare na mramoru. Stavite u zagrijanu pećnicu i pecite oko jedan sat na umjerenoj vatri.

****SAVJET:** pečenu patku, pile i drugu perad dobro je poslije pečenja ostaviti da stoje još petnaestak minuta, a tek tada narezati. No, to dolazi u obzir samo kad je koža neoštećena, u protivnom neće zadržavati toplinu i meso će se previše ohladiti.

RUČAK: pirjana goveđa pečenka*, povrće, torta od banane (pogledajte 3. XII).

VEČERA: sendviči s hladnom govedinom, kiseli krastavci, čaj.

PIRJANA GOVEĐA PEČENKA*

(slika 4)

PRIPREMITE: goveđu pečenkku tešku 1,5—2 kg, 10 dag suhe slanin, malo ulja, sol, papar; za marinadu: 2 žlice vinskog octa, 30 dag usitnjenog luka, 3 režnja češnjaka, lovorov list, grančicu majčine dušice, sol, papar u zrnu, konzervu gljiva, 1 glavicu kupusa.

*Sastojke za marinadu pomiješajte, dodajte toliko vode da meso bude pokriveno. Neka stoji 48 sati, povremeno okrećite. Na dan pripremanja dobro obrišite pečenkku. U ekspres-loncu** zagrijte ulje i na njem propržite najprije slaninu narezanu na kockice, zatim pečenkku koju ste osolili, popapрили i zavezali čistim pamukom da ne izgubi oblik. Pečenka mora sa svih strana dobiti jaku boju. Zalijte procijeđenom mlakom marinadom (oko 1/4 l), pa zaklopite poklopcem i postavite na jaku vatru. Čim se pojavi para smanjite vatru i na slabijoj kuhajte najmanje jedan sat. U međuvremenu ocijedite gljive i zagrijte ih na pari, a kupus narežite na velike komade i skuhaite u kipućoj osoljenoj vodi. Pečenki skinite pamuk, okružite je šampinjonima i kupusom, koje prelijte sokom od pečenja.*

****SAVJET:** u ekspres-loncu je najbolje pripremati govedinu jer se uštedi vrijeme. Propržite je najprije na jakoj vatri da dobije boju. Zalijte uvijek toplom tekućinom (juhom ili marinadom) i to uz meso, ne po njemu. Vodite računa o tome da stavite toliko tekućine koliko želite dobiti soka, ne više.

RUČAK: „pašta-fažol“*, jabuke.

VEČERA: naglo pržena jetra, salata od sirove cikle (pogledajte 10. I).

„PAŠTA-FAŽOL“*

PRIPREMITE: 15 dag graha, 20 dag makarona, ulje, 20 dag suhog mesa, 10 dag suhe slanine, 1 veću glavicu luka, list lovora, malo ružmarina**, sol, papar.

Grah namočite barem pola dana unaprijed. Pristavite ga u svježu osoljenu vodu. Posebno skuhaite suho meso. Kad je i jedno i drugo skoro gotovo, skuhaite tjesteninu u osoljenoj vodi kojoj dodajte žlicu ulja da se ne lijepi. Suhu slaninu narežite na kockice, otopite na ulju, dodajte očišćeni i nasjeckani luk pa ga zažutite. Dodajte ocijeđeni grah, suho meso s vodom u kojoj se kuhalo, tjesteninu, lovor i ružmarin. Još malo kuhajte da sve bude mekano. Provjerite treba li još soli, pa dodajte svježeg samljevenog papra. Izvadite lovorov list i ružmarin.

****SAVJET:** zataknite u jesen grančicu svježeg ružmarina u lonac sa piješkom i povremeno ga zalijevajte, pa ćete cijele zime imati svježeg listića ružmarina.

RUČAK: okruglice sa šunkom*, kuhana blitva, naranče.

VEČERA: sir i vrhnje.

OKRUGLICE SA ŠUNKOM*

PRIPREMITE: 35 dag krupice (griza), 1,5 litra mlijeka, sol, papar, 5 jaja, 15 dag šunke, ulje, mrvica.

*Pristavite mlijeko, osolite, popaprite. Kad zavrije, polako uspite krupicu i kuhajte 10 minuta neprekidno miješajući. Maknite s vatre, umiješajte jedno po jedno jaje, pa sjeckanu šunku. Pustite da se ohladi. Od tijesta oblikujte male okruglice, skuhaite ih u osoljenoj vodi i poslužite prelivene mrvicama poprženim na ulju**.*

****SAVJET:** ovo jelo ima jednu veliku prednost: tijesto možete unaprijed pripremiti i spremati ga na hladnome. Samo kuhanje u osoljenoj vodi brzo je gotovo, a tako i cijeli ručak.

RUČAK: riba s krumpirom*, zelena salata, drobljenac.
VEČERA: kajgana, voćna salata**.

RIBA S KRUMPIROM*

PRIPREMITE: 2 veće duboko smrznute ribe, 2 veća odreska suhe slanine (po mogućnosti s pršuta), 2 režnja češnjaka, 20 dag krumpira, ulje (po mogućnosti maslinovo), 2 žličice gusto ukuhane rajčice, sol, papar, sjeckani zeleni peršin, limunov sok.

Odmrzните ribe, odstranite kosti ako ih imaju i narežite na komadiće koje natopite limunovim sokom. Sirovi krumpir ogulite i narežite na sasvim tanke listiće. Rajčicu razrijedite s dosta vode, dodajte joj usitnjeni češnjak, sol, papar i zeleni peršin. Vatrostalnu posudu dobro namažite uljem pa slažite red ribe, red krumpira. Na red ribe stavljajte komadiće suhe slanine, a krumpir zalijevajte razrijeđenom rajčicom. Na vrhu neka bude red krumpira koji zalijte uljem. Pecite u pećnici na laganoj vatri pola sata. Ako je potrebno dodajte malo tekućine.

****SAVJET:** kad radite voćnu salatu, voću iz kompota uvijek dodajte svježeg. Osim banane, drugo voće (jabuke, kruške itd.) stavite najprije malo u hladnjak, lakše ćete ga guliti. Nastojte da skidate koru samo gdje je nužno, jer u kori ima najviše vitamina.

RUČAK: gusta juha od zimskog povrća, rižoto od pileće sitneži, ukiseljene paprike, kruške s kremom*.
VEČERA: francuski krumpir.

KRUŠKE S KREMOM*

PRIPREMITE: 4 kruške, 4 jaja, 18 dag šećera kristala, 6 dag brašna, sasvim malo soli, pola litre mlijeka, šipku vanilije, 1 limun, 15 kocki šećera, 3 žlice šećera u prahu.

*Tucite jaja sa kristal šećerom da dobijete pjenastu masu. Umiješajte još brašno i sasvim malo soli pa ulijevajte malo po malo kipuće mlijeko u kojem ste skuhalili vaniliju. Kremu kuhajte miješajući na sasvim slaboj vatri, prelijte u vatrostalnu zdjelu, pospite šećerom u prahu i stavite u vrlo vruću pećnicu da se zapeče, to jest, dobije karameliziranu koru. U međuvremenu prokuhajte narezane kruške, nakapajte ih limunovim sokom. Poslažite ih na kremu i prelijte karamelom od kocki šećera. Odmah poslužite**.*

****SAVJET:** na istu kremu možete staviti i druge vrste voća. Umjesto karamelom možete ih pokriti tučenim slatkim vrhnjem.

RUČAK: srpska ćufteta na luku*, kompot.

VEČERA: čokoladni napitak (pogledajte 15. XII), keksi.

SRPSKA ĆUFTETA NA LUKU*

PRIPREMITE: 30 dag govedine i 30 dag masne svinjetine, 1 glavicu luka, mast, 1 jaje, sol, papar, 3 kriške staroga kruha, mrvice; posebno 1 kg luka, mljevene crvene paprike, 2—3 velike rajčice ili žlicu gusto ukuhane rajčice, malo juhe.

*Stari kruh namočite u vodu. Sameljite meso. Glavicu luka očistite, nasjeckajte i ispržite na masti, dodajte meso, malo propržite i maknite s vatre. Dodajte ocijeđeni i usitnjeni kruh, jaje, sol i papar. Dobro izmijesite, oblikujte kuglice, uvaljajte ih u mrvice. Očistite kg luka**, sitno ga nasjeckajte, pa ispržite na masti da omekša i porumeni. Osolite, pospite mljevenom paprikom, pa ravnomjerno rasporedite po dnu zemljane posude (đuveča) ili lima. Poslažite na nj okruglice od mesa (ćufteta), pokrijte slojem narezanih rajčica i zalijte s toliko juhe da sve bude pokriveno. Ukoliko imate ukuhanu rajčicu, razrijedite je juhom i zalijte. Stavite u pećnicu da se zapeče i gotovo sav umak ishlapi.*

****SAVJET:** luk, češnjak i začinske trave dobro će se mjesecima držati ako ih stavite u plastičnu posudu ili staklenku koja se dobro (hermetički) zatvara. Spremite ih u najniži dio hladnjaka.

RUČAK: divlja patka na lovački način*, okruglice od kruha, voće.

VEČERA: hladni buffet s narescima, grog s narančama (pogledajte 25. III).

DIVLJA PATKA NA LOVAČKI NAČIN*

PRIPREMITE: 1 divlju patku, 25 dag suhe slanine u komadu, ulje, 2 glavice luka, 1 mrkvu, 1 manji korijen celera, 2 korijena peršina, 2 lovorova lista, papar u zrnu, limun, vrhnje**, 2 dl bijelog vina, sol, borovice (brinje), ružmarin, juhu.

Od suhe slanine odvojite komad dovoljno velik da njime omotate patku. Ostatak suhe slanine narežite na kockice i otopite na ulju. Dodajte sve povrće — očišćeno i usitnjeno. Patku očistite i omotajte bijelim pamukom, pa stavite na ispirjano povrće. Zalijte vinom i juhom, osolite i dodajte ostale začine. Pirjajte na laganoj vatri. Omekšanu patku izvadite i držite na toplom, a umak protisnite (propasirajte), zakiselite limunom i vrhnjem. Ako je prerijedak, dodajte mu malo škrobnog ili običnog brašna i prokuhajte da se zgusne. Patku narežite, stavite na zagrijani pladanj i prelijte umakom. Odmah poslužite.

****SAVJET:** kad nemate pri ruci vrhnja, za kuhanje ga možete nadomjestiti mješavinom mlijeka, maslaca, brašna i octa.

RUČAK: podvarak s kobasicama*, pire od krumpira, čokoladna krema (pogledajte 19. III).

VEČERA: drobljenac s pekmezom.

PODVARAK S KOBASICAMA*

PRIPREMITE: 1 kg narezanog kiselog kupusa, 3 para kobasica pečenica, po 10 dag raznih odrezaka**, 6 krumpira srednje veličine, malo piva, 1 glavicu luka, suhu slaninu, malo kumina (kimla), sol, papar, ulje.

Slaninu narežite na kockice, otopite na ulju, pa dodajte usitnjeni očišćeni luk i ispržite ga. Dodajte nasjeckane nereske i kiseli kupus, pa pirjajte na umjerenj vatri. Zalijevajte pomalo s pivom. Osolite, popaprite, dodajte kumin. Skuhajte krumpir, ogulite ga i narežite na ploške. U namašćeni lim ili vatrostatnu posudu slažite red kupusa, red krumpira. Na vrhu neka bude kupus na koji stavite kobasice, a njih nabockajte vilicom da se iz njih sok izlijeva na jelo. Zapecite u pećnici.

****SAVJET:** ovo je izvrstan način da iskoristite nereske koji ostanu nakon odlaska gostiju, a drugoga dana sami više nisu ukusni za jelo. Pečenice ipak kupite unaprijed jer se ne možete pouzdati u to koliko će narezaka ostati. Pečenice će biti ukusnije ako ih prije pečenja malo potopite u mlijeku i na nekoliko trenutaka spustite u kipuću vodu.

RUČAK: juha od rajčica, krumpir sa sirom*, kelj lešo, voće.

VEČERA: žganci s bijelom kavom.

KRUMPIR SA SIROM*

PRIPREMITE: 9 krumpira, 10 dag ribanog sira, brašno, pola litre juhe, mast, vrhnje, sol i papar.

*Sirovi krumpir ogulite i narežite na tanke listiće. Limu namastite dno i stijenke, pa slažite krumpir u redove. Svaki red pospite sirom i žličicom brašna. Na vrh stavite komadiće masti i zalijte juhom. Pecite otprilike pola sata, prelijte vrhnjem i vratite u pećnicu da se zapeče**.*

****SAVJET:** djeci i odraslima koji ne vole mlijeko što češće pripremajte jela sa sirom i s drugim mliječnim proizvodima kako bi dobili kalcij o kojem ovisi ravnoteža i zdravlje organizma, koagulacija krvi i rad živčanih stanica. Najviše se kalcija nataloži u kosti (oko 99 posto), odakle ga organizam sam crpi ako mu ga ponestane u doba većih napora kao što je trudnoća ili rast djece. Osim u mlijeku i u mliječnim proizvodima kalcija ima u kupusu, grahu, rakovima, žumanjcima i drugom.

RUČAK: varivo od bijelog graha*, mljeveni odresci.

VEČERA: palačinke** s ukuhanim voćem i mliječnim preljevom.

VARIVO OD BIJELOG GRAHA*

PRIPREMITE: 40 dag suhoga bijelog graha, 6 dag masti, 6 dag brašna, 1 glavica luka, sol, po želji malo octa i 1/2 listića lovora.

Grah proberite, namočite, ostavite preko noći, pa operite i prstavite u čistu, osoljenu vodu. Nasjeckajte luk, stavite ga na zagrijanu mast da omekša, poprašite brašnom i miješajte da se zapržiak ispeče, ali ne potamni previše. Zalijte vodom u kojoj se kuhao grah (bolje: u kojoj se kuhalo suho meso). Premjestite u to grah, dodajte lovor i još neko vrijeme kuhajte. Prije posluživanja po želji zakiselite octom.

****SAVJET:** ako palačinke pečete ranije, onda svaku pospite šećerom u prahu da se međusobno ne slijepe.

RUČAK: teleća prsa na rimski način*.

VEČERA: kolač s kompotom (pogledajte 4. IV), kakao.

TELEĆA PRSA NA RIMSKI NAČIN*

(slika 4)

PRIPREMITE: 1/4 kg kukuruzne krupice (griza), malo soli, 1 teleća prsa, sol, papar, malo ružmarina, ulje; za prilog povrće.

*Skuhajte palentu, izlijte na mramornu ploču ili veći lim da dobijete tanki sloj. Dok se hladi narežite prsa po rebrima kako biste dobili dugoljaste komade**. Osolite ih, popaprite, pa stavite u lim i pospite s nekoliko listića ružmarina. Ispecite u pećnici. Meso izvadite i stavite na toplo, a na masnoći propržite palentu koju ste narezali na trokute. Na zagrijani pladanj stavite trokute palente, sa strane meso i kuhano povrće, preko kojega prelijte sok od pečenja.*

****SAVJET:** meso namijenjeno za pečenje pola sata prije stavljanja u pećnicu navlažite s malo konjaka. Ispečeno će biti mekše i ukusnije.

RUČAK: juha od krumpira, pohana riba**, umak tartar (pogledajte 30. I).

VEČERA: makedonska pogača*, jogurt.

MAKEDONSKA POGAČA*

PRIPREMITE: 3 jaja, 1 čašu jogurta, 2 žlice kravljeg sira, 18 žlica oštrog brašna, filđan (šalicu za crnu kavu) ulja, sol, 1 prašak za pecivo.

Sve sastojke pomiješajte mikserom. Uzmite veći lim kako biste dobili niži sloj tijesta. Lim namažite maslacem ili uljem, pobrašnite, ulijte tijesto i ispecite na srednjoj vatri. Ispečeno režite na kocke pa poslužite kao večeru ili kao prilog uz neko jelo.

****SAVJET:** ako vam je od kuhanja ostao bjelanjak, možete ga iskoristiti za pohanje ribe, ali ga istucite u snijeg. Ribu umočite u snijeg, pa u mrvice.

RUČAK: nabujak od mozga (pogledajte 16.X), salata.

VEČERA: kolač od suhih šljiva*, kakao**.

KOLAČ OD SUHIH ŠLJIVA*

PRIPREMITE: 50 dag suhih šljiva, 1/4 l crnog vina, šipku cimeta, 1 vrhom punu žlicu šećera, 1 vanilin-šećer, 10 dag badema, 10 dag margarina, 10 dag šećera, 2 jaja, 4 žlice mlijeka, 25 dag brašna, šaku badema narezanih na listiće.

Šljive namočite u hladnu vodu i ostavite stajati dva sata. Onda ih ocijedite, pa pristavite kuhati u vinu s cimetom, 1 žlicom šećera, vanilin-šećerom i kuhajte pola sata da dobijete gusti sok. Za tijesto smiješajte margarin sa šećerom, dodajte brašno, samljevene bademe, zamijesite i stavite na hladno da stoji jedan sat. Onda tanko razvaljajte i stavite u lim. Nabockajte vilicom. Na tijesto poslažite ocijedene suhe šljive i pecite 35 minuta na 200°. Ispečeno pospite bademima i zalijte sirupom u kojem su se kuhale suhe šljive.

****SAVJET:** ako se bojite da će vam mlijeko zagorjeti dok ga kuhate ili grijete, stavite u dno (dobro opranog!) lonca nekoliko kapi vode.

RUČAK: goveđa juha, musaka od kiselog kupusa (pogledajte 4. III), voćna salata.

VEČERA: jastučići s mesom*, kuhana cvjetača**.

JASTUČIĆI S MESOM*

(slika 6)

PRIPREMITE: lisnato tijesto; 30 dag svježeg samljevenog mesa ili 25 dag kuhanog (iz juhe) i 5 dag suhe slanine, 5 dag masti, sol, papar, malo muškarnog oraščića, 1 žumanjak, 1 glavicu luka, malo zelenog peršina, 1 jaje.

Ako je meso iz juhe tada nasjeckajte suhu slaninu i ispržite na masti zajedno s nasjeckanim lukom. U svježe meso dovoljno je dodati luk, pa jedno s drugim ispržiti na masti. U nadjev dodajte sol, papar, naribani muškarni oraščić, nasjeckani peršin i žumanjak. Razvaljajte tijesto, narežite na kvadrate. Na polovicu kvadrata stavite nadjev, a preostalim kvadratima ih poklopite. Ukrasno stisnite sa strane sve kvadrate, od preostalog tijesta načinite listiće i vodom zalijepite na kvadrate. Premažite ih razbijenim jajetom. Poslažite na navlaženi lim i ispecite.

****SAVJET:** cvjetača će ostati savršeno bijela ako je prije kuhanja potopiti u vodu zakiseljenu sokom od pola limuna. Onda je spustite u kipuću osoljenu vodu kojoj ste dodali 1 dl mlijeka. Tu vodu možete kasnije iskoristiti za pripremanje juhe.

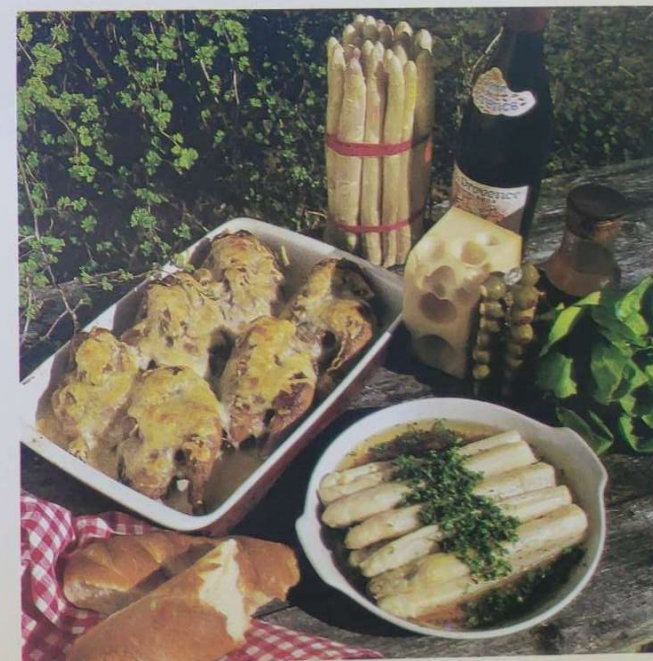


Slika 7

Jesti u prirodi može se već prvih toplijih dana — ali što sve? Gore desno: riža na mlijeku s narančama (pogledajte 10. III), u sredini desno: juha od mlade koprive (11. V), desno dolje: košarice s ribama (13. V), lijevo gore: čokoladna krema (19. III) i lijevo dolje: pašteta od mesa (3. V).

Slika 8

Proljeće donosi i svježije šparge uz mlade piliće. Lijevo: zapečeni pilići (pogledajte 21. V), desno: šparge na salatu (7. V).



RUČAK: juha, pečeno pile, složenac od krumpira*, ukiseljene paprike punjene kupusom, kolač od suhих šljiva (pogledajte 24. II).

VEČERA: kakao, kolač.

SLOŽENAC OD KRUMPIRA*

PRIPREMITE: 75 dag krumpira, 25 dag suhe slanine, 25 dag luka, sol, papar, zeleni peršin, 2,5 dl juhe, malo maslaca ili margarina.

*Suhu slaninu s dosta protkanog mesa narežite na kockice i otopite na maslacu, pa ispržite s nasjeckanim lukom. Sirovi krumpir ogulite i narežite na što tanje listiće. Slažite u lim ili vatrostalnu posudu red krumpira, red luka sa slaninom. Svaki red krumpira osolite, popaprite i pospite nasjeckanim zelenim peršinom. Na vrhu neka bude krumpir. Složenac zalijte juhom, odozgo stavite listiće maslaca i zapecite u pećnici**. Ako je potrebno dolijevajte juhom.*

****SAVJET:** u pećnici istodobno pecite pile i složenac, jer njihovi mirisi nisu različiti da bi jedno jelo smetalo drugome. Na taj način štedite.

RUČAK: gusta juha od povrća*, pita od sira.

VEČERA: goveđi jezik s maslinama (pogledajte 10. X).

GUSTA JUHA OD POVRĆA*

(slika 26)

PRIPREMITE: 1/4 kg bijeloga graha, 1/2 glavice kelja, 3 glavice luka, ulje, 3 režnja češnjaka, 20 dag suhe slanine, sol, papar, 1. manji poriluk, 1 vezicu zelenog peršina, 1/2 korijena celera.

*Jedan dan prije namočite grah. Ocijedite ga i stavite u hladnu osoljenu vodu da se skuha. Posebno očistite i nasjeckajte luk, pa ga ispržite. Kelj operite, narežite na tanke rezance i dodajte luku da se pirja, a onda dodajte i usitnjeni češnjak. Ulijte gotovo do kraja skuhani grah, na uske rezance narezani poriluk, naribani celer i kockice suhe slanine. Kuhajte još najmanje četvrt sata**. Prije posluživanja osolite, popaprite i dodajte nasjeckani zeleni peršin.*

****SAVJET:** guste, hranjive juhe dobrodošle su zimi. Zapravo su potpun obrok, a u njih možete nasjeckati ostatke kuhanog ili pečenog mesa, narezaka ili šunke. Prednost ove juhe je i u tome što ima malo pržene masnoće — slanina se kuha, pa je i lakše probavljiva.

RUČAK: kotleti s povrćem*, rezanci, miješana salata (zimska).

VEČERA: kajgana sa šunkom i lukom, jogurt.

KOTLETI S POVRĆEM*

PRIPREMITE: 4 kotleta, malo brašna, ulje, sol, papar, 25 dag kelja pupčara („prokulice“), glavicu luka, 2 režnja češnjaka, 2 dl juhe, 30 dag mrkve, 30 dag graška (iz konzerve), ukiseljenu crvenu papriku, nekoliko maslina.

*Kotlete natucite, osolite i uvaljajte u brašno. Na ulju ispržite nasjeckani luk, izvadite ga pa ispržite kotlete. Zalijte ih juhom**, vratite luk, dodajte usitnjeni češnjak i pirjajte da se sok zgusne na polovicu. Onda dodajte usitnjene mrkve, masline i prokulice, osolite, popaprite, pa pirjajte još 45 minuta. Tada dodajte ocijeđeni i isprani grašak te papriku narezanu na rezance. Neka još malo vrije a po potrebi dolijte još juhe.*

****SAVJET:** prema ukusu dio juhe možete zamijeniti vinom. Upozorenje: masline su ponekad dosta slane pa oprezno solite jelo.

RUČAK: grah s kobasicama, popečci od naranača*.

VEČERA: pržene srdelice, salata od krumpira.

POPEČCI OD NARANAČA*

PRIPREMITE: za tijesto: 1 dl mlijeka, 13 dag brašna, sasvim malo soli, 1 jaje, 1 žlicu ulja, malo ruma; 4 naranče, šećer u prahu, ulje za prženje.

*Zamijesite tijesto od brašna, mlijeka, ulja i žumanjaka, dodajte sasvim malo soli i rum. Neka stoji dva sata. Naranče ogulite, podijelite na kriške i poškropite rumom (ako su prekisele, pospite ih s malo šećera u prahu). Neka se moče jedan sat. Onda u tijesto dodajte snijeg od bjelanjaka, pa umačite u nj kriške naranči i pecite u mnogo ulja**. Odmah poslužite posute šećerom u prahu.*

****SAVJET:** ulje ne smije biti prevruće, a naranče nikako nemojte predugo peći. Zapravo se mora ispeći samo vanjski, tanki sloj tijesta, a naranče ne. Na prevrućem ulju može puknuti kožica od naranača.

RUČAK: krem-juha od cvjetače, punjene lignje*, salata.

VEČERA: uštipci, kakao.

PUNJENE LIGNJE*

PRIPREMITE: 50 dag lignji, 2 jaja, jednu žlicu ribanog sira, ulje, 3—4 žlice mrvica**, bijelo vino, sol, papar, zeleni peršin.

Ako su lignje smrznute, pustite ih da se otope na sobnoj temperaturi. Očistite ih. Pomiješajte posebno mrvice sa naribanim sirom, dodajte nasjeckani zeleni peršin i jaja. Dodajte toliko ulja da dobijete gustu smjesu, osolite i popaprite. Time napunite lignje, a otvore sašijte bijelim koncem. Poslažite u posudu, zalijte dosta ulja i malo vina, osolite i popaprite, pa pirajte oko pola sata. Ne zaboravite prije posluživanja odstraniti konac!

****SAVJET:** Umjesto mrvica nadjevu možete dodati kuhanu rižu pa će biti laganiji. Dodajte maslinovog ulja pa će lignje biti ukusnije.

RUČAK: ričet sa suhim mesom, kompot.

VEČERA: kolač s rešetkom*, bijela kava.

KOLAČ S REŠETKOM*

PRIPREMITE: 14 dag brašna, 14 dag maslaca ili margarina, 14 dag šećera u prahu, 14 dag badema, 2 tvrdo kuhana žumanjka, limun, cimet, pekmez.

*Tvrdo kuhane žumanjke protisnite (propasirajte). Brašno smrvite s maslacem da dobijete jednoličnu pjeskovitu smjesu. Dodajte šećer, samljevene bademe, cimet, iscjeđeni limun i naribanu koricu. Zamijesite tvrde tijesto i odvojite manji dio. Veći dio razvaljajte i njime pokrijte namašćeni i brašnom posuti lim. Premažite pekmezom. Odvojeni dio tijesta oblikujte u uske rezance, pa poslažite preko kolača kao rešetku. Ispecite na srednje jakoj vatri**.*

****SAVJET:** preostale tvrdo kuhane bjelanjke naribajte, pomiješajte s hrenom i majonezom, osolite i zakiselite limunom, pa ćete dobiti dobar premaz za sendviče ili prilog uz nereske.

RUČAK: juha, musaka od kiselog kupusa*.

VEČERA: čaj, kruh s paštetom od čvaraka**.

MUSAKA OD KISELOG KUPUSA*

PRIPREMITE: 30 dag rezanog kiselog kupusa, žlicu-dvije masti ili ulja, 3 glavice luka, 3 šalice riže, 50 dag svinjetine, jedno jaje, sol, papar, 2 dl vrhnja, 2 žumanjka, 15 dag dimljene kobasice.

Očišćeni i nasjeckani luk zažutite na masti, dodajte kupus i pirjajte da omekša. Posebno prokuhajte u osoljenoj vodi rižu. Ocijedite je. Svinjetinu narežite na kolutove. Kupus osolite i popaprite. Vatrostalnu posudu nauljite, pa slažite red kupusa, red riže, red mesa i kobasica. U vrhnje umiješajte jaje i žumanjke. Na vrhu neka bude kiseli kupus, koji prelijte vrhnjem. Zapecite u pećnici.

****SAVJET:** suvišak čvaraka sameljite sa 4 tvrdo kuhana jaja i jednim kiselim krastavcem, pa dodajte senfa, soli i papra po ukusu. Smjesu još jednom sameljite i dobit ćete vrlo ukusnu paštetu.

RUČAK: punjeno pile, salate, kolač s bademima*.
VEČERA: kakao, kolač.

KOLAČ S BADEMIMA*

PRIPREMITE: 14 dag maslaca, 17 dag šećera, 12 dag čokolade, 8 jaja, 17 dag badema, 7 dag mrvica; maslac i mrvice za kalup i malo pekmeza, 3 do 5 dag badema, tučeno slatko vrhnje.

*Čokoladu omekšajte na pari, dodajte šećer i maslac pa miješajte da dobijete pjenastu smjesu. Onda umiješajte jedan po jedan žumanjak, neoguljene samljevene bademe i mrvice. Dobro miješajte neko vrijeme i na kraju dodajte čvrsti snijeg od bjelanjaka. Kalup namažite maslacem i pospite mrvicama. Uspite tijesto i polagano ispecite. Ohlađen kolač premažite pekmezom na koji će se zalijepiti grubo samljeveni bademi. Ukrasite tučenim slatkim vrhnjem**.*

****SAVJET:** isti taj kolač možete umjesto pekmezom, tučenim slatkim vrhnjem i bademima prelići čokoladnom ocaklinom. Tijesto prethodno natopite rumom. Dobit ćete sasvim različit okus.

RUČAK: špageti s tunjevinom*, kuhani kelj.
VEČERA: voćna riža.

ŠPAGETI S TUNJEVINOM*

PRIPREMITE: 40 dag špageta**, 4 žlice ulja (po mogućnosti maslinovog), jedan veći ili dva manja režnja češnjaka, malo smrvljenog ružmarinovog lista, 25 dag kuhane tunjevine (može iz konzerve), zeleni peršin, 3 žlice gusto ukuhane rajčice, sol, papar.

Na ulju malo popržite rajčicu, nasjeckani češnjak i ružmarin pa dodajte tunjevinu. Ako je tunjevina iz konzerve, onda prije otvorite konzervu i pustite da se ulje do kraja ocijedi. Tunjevinu zgnječite vilicom i stavite u umak. Osolite ga, popaprite i dodajte sitno nasjeckani peršin. Pomiješajte s kuhanim špagetima. Po želji poslužite naribani sir.

****SAVJET:** Talijani, majstori za kuhanje tjestenine, preporučaju da se špageti kuhaju u što više osoljene vode. Navodno je potrebno čak litra vode za 10 dag špageta... što je pomalo pretjerano, ali imajte njihov savjet ipak na umu!

RUČAK: pile s gljivama i paprikama*, riža, voće.

VEČERA: kajgana sa suhom slaninom, salata.

PILE S GLJIVAMA I PAPRIKAMA*

PRIPREMITE: jedno pile, 3 glavice luka, 20 dag šampinjona**, jednu crvenu i jednu zelenu ukiseljenu papriku, 2 dl juhe ili mješavinu od 1 dl juhe i 1 dl vina, ulje, sol, papar, crvenu mljevenu papriku.

Pile očistite i narežite na 8 komada. Osolite ih, natrljajte mljevenom paprikom i popržite sa svih strana na ulju da dobiju boju. Izvadite piletinu pa na istom ulju ispržite nasjeckani luk i propirajte narezane gljive. Zalijte juhom. Vratite piletinu i pirjajte na srednje jakoj vatri 15 minuta. Dodajte paprike narezane na rezance, osolite i popaprite. Pirjajte još malo i provjerite je li sve mekano.

****SAVJET:** šampinjoni će biti ukusni i lijepi ako zapamtite da ih treba ili oprati, obrisati i neoguljene nakapati limunovim sokom prije pripremanja ili, pak, oguliti i nakapati limunovim sokom a ne prati. U oba slučaja treba oštrim nožem odrezati donji dio drška. Stavite ih na jako zagrijano ulje a onda smanjite vatru.

RUČAK: smeđi goveđi ragu*, salata, kompot.

VEČERA: mini-pizze (pogledajte 27. I), mirišljivi kolač s jabukama (pogledajte 1. XII), kuhano vino.

SMEDJI GOVEĐI RAGU*

(slika 6)

PRIPREMITE: 75 dag goveđe pisane pečenice (beefsteaka), 10 dag masti, 8 dag peršinova korijena, 30 dag mrkve, 4 dag celerova korijena, 6 dag luka, 1 kg goveđih kostiju, 20 zrna papra, 10 klinčića, 1 lovorov list, malo majčine dušice, malo naribanog muškatonog oraščića, 2 kocke šećera, 4 dag brašna, 1 žličicu worchester umaka, 1 limun, 2—3 žlice crnog vina, 15 dag gljiva, malo maslaca, 75 dag teleće žlijezde, sol, juhu, zeleni peršin.

*Pečenku očistite od svih kožica, natrljajte solju i paprom, pa polako pecite u pećnici na masti, podlijevajući juhom. U međuvremenu u hladnu vodu pristavite otpatke mesa, kosti i oguljene, pa na veće komade narezane mrkve. Dok to kuha, u međuvremenu očistite i na listiće narežite luk, celer i peršin. Ispržite to na masti, dodajte šećer da i on potamni, pa pospite brašnom. Miješajte. Čim brašno porumeni, zalijte juhom. To dodajte vodi u kojoj se kuha ju kosti, zatim ubacite još sol i sve začine. Kuhajte dva sata. U međuvremenu će meso biti ispečeno, narežite ga na veće kocke. Iz juhe izvadite mrkve i dodajte mesu. Juhu procijedite, prelijte preko mesa i pristavite da se pirja. Posebno na maslacu ispržite nasjeckane gljive, pa i njih dodajte mesu, a tako postupite i s telećom žlijezdom. Dodajte vino i worchester umak. Provjerite treba li još soli i papra, pa dodajte narezani limun i zeleni peršin**.*

****SAVJET:** ovo jelo možete pripremiti dan unaprijed.

RUČAK: goveđa juha, rolada od špinata*, salata od krumpira s matovilcem.

VEČERA: salata od kuhane govedine i tvrdo kuhanih jaja.

ROLADA OD ŠPINATA*

PRIPREMITE: za tijesto: 20 dag brašna, 2 jaja; za nadjev: 2 kg špinata, pola glavice luka, 5 dag maslaca ili margarina, 5 dag ribanog sira parmezana, sol, ulje i još 10 dag naribanog parmezana za posipavanje.

*Od brašna, jaja i vode zamijesite meko tijesto. Pokrijte ga i pustite da stoji pola sata. U međuvremenu skuhaite špinat**. Nasjecajte luk i ispržite ga. Skuhani špinat dobro ocijedite pa sameljite i dodajte luku. Pržite miješajući da se ispari suvišak tekućine. Tijesto razvaljajte, premažite špinatom i pospite sirom. Uvijte roladu, zamotajte u čisti ubrus, zavežite na oba kraja i spustite u kipuću osoljenu vodu da kuha 15 minuta. Izvadite, odvežite ubrus, narežite roladu i poslužite na zagrijani pladanj. Pospite sirom i prelijte vrelin maslacem.*

****SAVJET:** špinat, kao i svako drugo povrće, kuhajte u što manje vode, jer kuhanjem prelazi u vodu velik dio minerala i vitamina čime povrće gubi na vrijednosti. Zeleno povrće nemojte poklopiti dok ga kuhate. Vodu u kojoj ste kuhali povrće iskoristite za pripremanje juha.

RUČAK: zapečeni grah (prebranac), dimljene kobasice.

VEČERA: riža na mlijeku s narančama*.

RIŽA NA MLIJEKU S NARANČAMA*

(slika 7)

PRIPREMITE: 15 dag riže, 1 litru mlijeka, 3 žlice masnog slatkog vrhnja, sasvim malo soli, 8 dag šećera, 5 dag maslaca, 1 veliku ili 2 manje naranče.

*Narančama vrlo oštrom nožem odrežite samo najgornji sloj korice, pa je narežite na vrlo uske rezance. Spustite u lončić kipuće vode i kuhajte 5 minuta. Ocijedite, prosušite, dobro operite, pa opet dobro osušite. Naranči iscijedite sok. Pristavite mlijeko, pa kad zakipi, spustite rižu** polako, neprekidno miješajući. Kuhajte miješajući da riža nabubri. Onda dodajte slatko vrhnje, sok od naranče, šećer, sol i maslac. Maknite s vatre, još neko vrijeme miješajte. Prespite u zdjelu i dobro ohladite. Prije posluživanja umiješajte narančine korice, a dio pospite odozgo.*

****SAVJET:** riža bolje nabubri, ako se najprije skuha u malo kipuće vode, a tek onda u mlijeku.

RUČAK: gusti ujušak od gušče sitneži**, popečki od krumpira, salata, savijača od sira.

VEČERA: pečena guščja jetra*, čaj.

PEČENA GUŠČJA JETRA*

PRIPREMITE: pola kilograma gušče jetre, pola litre mlijeka, sol, guščju mast.

Jetru pažljivo očistite od masnoće kojom je omotana. Operite je, obrišite i potopite u mlijeku. Neka stoji jedan sat. Ako jetra ima debelu kožicu, ogulite je. Rastopite toliko gušče masti da u njoj možete posve potopiti jetru. Stavite u zagrijanu pećnicu na 20 minuta. Jetru možete poslužiti toplu ili ostaviti da se ohladi u masti.

****SAVJET:** guska je skuplja vrsta peradi, ali se ipak isplati jer od jedne dobro utovljene guske dobijete dvije-tri vrste ukusnih jela. Jetra je cijeni specijalitet a ostalu ponutricu iskoristite za ujušak ili rižoto. Kožu od vrata napunite samljevenim ostacima pečene guske, pa ćete dobiti kobasicu. Mast pažljivo otopite, jer su guščji čvarci izvrsni a mast je odličan premaz za kruh.

RUČAK: guska na podvarku*, kuhani krumpir**, rolada od biskvita s pekmezom.

VEČERA: kolač, mlijeko.

GUSKA NA PODVARKU*

PRIPREMITE: jednu očišćenu gusku i toliko rezanog kiselog kupusa koliko je teška guska (može i nešto više), 4—5 glavica luka, ulje, sol, papar.

Očišćenu gusku osolite, nauljite i stavite peći u pećnicu. Možete malo prelijevati vodom ili juhom. Nasjeckajte luk, ispržite ga na ulju i dodajte mu kiseli kupus. Pirjajte da omekša. Dolijevajte malo vode, ali umjereno, da kupus ne bude vodenast. Kad je guska gotovo pečena, izvadite je, a u lim istresite kiseli kupus i na nj vratite gusku. Ispicite je do kraja u pećnici. Guska mora biti mekana i hrskave kožice, a kiseli kupus dobro zapečen.

****SAVJET:** guska na podvarku je teško i zasitno jelo, zato uz nju poslužite samo kuhani krumpir. Bit će još ukusniji ako ga skuhati samo do pola, ogulite i pomiješate u kupus dok se još podvarak peče. Krumpir će upiti masnoću i miris.

RUČAK: juha od povrća i ostataka gušćetine, zapečene dagnje*, rizi-bizi, salata.

VEČERA: drobljenac s pekmezom, mlijeko.

ZAPEČENE DAGNJE*

PRIPREMITE: 1 litru dagnji, jednu žlicu ulja, jednu žlicu sitno nasjeckanog češnjaka, jednu žlicu nasjeckanog peršinovog lišća, 1,5 dl vina, jednu žlicu maslaca, 1,5 žlicu brašna, dvije žlice nari-banog sira, malo mlijeka.

*Na ulju sasvim malo prepržite češnjak, dodajte peršin pa zalijte vinom. U to stavite kuhati oprane dagnje**. Neka poklopljeno kuhaju 4—5 minuta, tj. da se školjke otvore. Ostavite da se malo ohlade, odvojite polovice školjki. One polovice u kojima je ostalo meso poslažite na lim, a prazne polovice bacite. Zagrijte maslac, dodajte brašno i načinite sasvim svijetli zapržak. Zalijte sokom u kojem su se kuhale dagnje, a ako treba i mlijekom. Umak mora biti gust. Umiješajte naribani sir, pa umakom zalijte svaku dagnju. Lim stavite u zagrijanu pećnicu da se dagnje zapeku 5—8 minuta, tj. da umak dobije lijepu boju. Odmah poslužite.*

****SAVJET:** pažljivo provjerite jesu li dagnje svježije: polovice školjki moraju se vrlo čvrsto držati skupa. Ako se nekoj dagnji polovice mogu makar i malo otvoriti, smjesta je bacite.

Slika 9

Hladna pića za tople dane. Sasvim desno: bola s krastavcima (pogledajte 16. VI), uz bolu: piće „Ružica“ (7. VII), do toga: ledena kava (12. VIII), ispred kave: napitak od jagoda (21. VI), iza napitka: voćna bola (26. VIII), ispred bole: ledeni čaj (2. IX), sasvim lijevo: ledena limunada (3. VIII).



Slika 10

Ukusna jela od rajčica, omiljenog povrća bogatog C vitaminima. Sasvim lijevo: pečene rajčice s ružmarinom (pogledajte 9. IX), lijevo u sredini: sataras (1. VIII), u sredini gore: punjene rajčice (16. VIII), sasvim desno: engleska pita s rajčicama (14. IX), u sredini desno: umak od rajčica (2. X), dolje u sredini: primorska salata od rajčica (28. VII).

RUČAK: janjeća kapama*, kuhani krumpir.

VEČERA: palačinke** s pekmezom, mlijeko.

JANJEĆA KAPAMA*

PRIPREMITE: 1 kg janjetine (važite očišćeno meso, bez kostiju), brašno, mast za prženje, sol, 50 dag luka, 4 vezice mladoga luka, malo mljevene crvene paprike, papar, kiselo mlijeko.

Meso narežite na komade, uvaljajte ih u brašno kome ste dodali sol, pa ispržite na masti da lijepo porumeni. Isprženo meso stavljajte na zagrijani pladanj i držite na toplome. Nasjeckajte očišćeni stari luk pa ga ispirajte na masti od prženja, onda dodajte nasjeckani mladi luk, pa i njega malo propržite. Popražite crvenom paprikom, osolite, popaprite. Dodajte u luk meso, pa zalijte vodom ili juhom da meso bude pokriveno tekućinom. Pirjajte na savim slaboj vatri da se sok gotovo do kraja ispari. Uz to poslužite kiselo mlijeko da ga svatko doda na tanjur po ukusu.

****SAVJET:** ako volite mekane palačinke onda u tijesto dodajte malo mineralne vode.

RUČAK: finkadella*, pirjana riža.

VEČERA: juha od zimskog povrća (pogledajte 22. III), okruglice od sira.

FINKADELLA*

(slika 4)

PRIPREMITE: 35 dag mljevenog mesa, 10 dag suhe slanine, 1 veliku ili 2 male glavice luka, sol, papar, žlicu nasjeckanih kapara, žlicu nasjeckanog zelenog peršina, 1 jaje, mrvice; za prilog mrkve, kelj pupčar („prokulica“) i drugo povrće po ukusu, ulje.

*Suhu slaninu sitno nasjeckajte, pa dodajte mesu. Luk također nakon čišćenja nasjeckajte pa dodajte mesu. Osolite, popaprite, dodajte peršin, kapare i jaje. Dobro izmiješajte, oblikujte okruglice, uvaljajte u mrvice** i ispržite na ulju. U međuvremenu povrće očistite, spustite u osoljenu kipuću vodu, dobro ocijedite i pomiješajte s kuglicama mesa tik prije posluživanja.*

****SAVJET:** finkadella je jelo koje se vrlo dobro može duboko zamrznuti, pa kad već kuhate pripremite dvostruku porciju. Zamrznite posebno povrće, a posebno mesne kuglice, ali niti meso nemojte jako pržiti niti povrće dugo kuhati. Ako želite poslužiti za ručak, izvadite u hladnjak dan prije. Meso spustite na ulje još 2—3 minute, a povrće podgrijte na pari.

RUČAK: juha od bubrega*, savijača od jabuka s orasima.

VEČERA: naglo prženi odresci, salata.

JUHA OD BUBREGA*

(slika 26)

PRIPREMITE: 6 janječih bubrega (ili 1 svinjski), ulje, 1 glavicu luka**, 1,5 l juhe (može koncentrat), žlicu-dvije ukuhane rajčice, 5 dag brašna, vezicu zelenog peršina, sol, papar.

Ogulite bubrege, prerežite ih, pa im odstranite i unutrašnju opnu. To će ići lakše ako su bubrezi smrznuti. Nasjeckajte luk, napola ga ispržite na ulju, pa dodajte narezane bubrege i ispržite ih. Popražite brašnom i miješajte da brašno potamni. Zalijte juhom i kuhajte oko jedan sat. Osolite, popaprite, još malo kuhajte. Prije posluživanja dodajte nasjeckani zeleni peršin.

****SAVJET:** pred proljeće luk često počne klijeti. Čim to primijetite svaku glavicu pritisnite čvrsto na vrući štednjak ili zagrijanu ploču. Više neće klijeti.

RUČAK: gusta juha od povrća** s dimljenim kobasicama, kompot.

VEČERA: lagana torta*, mlijeko.

LAGANA TORTA*

PRIPREMITE: za tijesto: 15 dag šećera, 15 dag samljevenih ora-ha, 15 dag maslaca, 15 dag brašna, 1 jaje; za nadjev: 1/2 l slatkog vrhnja, 3 žlice šećera u prahu (po mogućnosti s mirisom vanilije), malo ruma; maslac i brašno za kalup.

Miješajte maslac da dobijete glatku smjesu kojoj dodajte najprije šećer, pa jaje i druge sastojke. Kalup namažite maslacem i pospite brašnom. Tijesto ispecite u četiri lista. Svaki list odmah, čim je ispečen, izvadite i stavite na ravnu površinu da se ohladi. Prije posluživanja sasvim hladne listove poprskajte rumom. Istucite slatko vrhnje, zašećerite ga, pa namažite listove i slijepite tortu. Izvana je također namažite tučenim slatkim vrhnjem.

****SAVJET:** ako u neko jelo sastavljeno od više vrsta povrća namjeravate staviti i ciklu, najprije je oguljenu prije kuhanja polijte običnim octom. Onda neće puštati toliko boje da oboji i sve druge sastojke.

RUČAK: govedina na francuski način*, pire od krumpira.

VEČERA: voćna riža.

GOVEDINA NA FRANCUSKI NAČIN*

(slika 6)

PRIPREMITE: govedu pečenku tešku 75 dag, 1 mesnu kobasicu, suhu slaninu u odresku veličine lima, 1 teleću kost, 2 dl bijelog vina, 1 cl konjaka ili rakije, 50 dag mrkvi, 10 dag luka, svežić ružmarina, zelenog peršina i majčine dušice, sol, papar, malo juhe.

*Zarežite uzdužno pečenku, utisnite oguljenu kobasicu i zavežite meso pamukom da se ne raspadne. Dno lima pokrijte suhom slaninom, na to stavite najsitnije što možete nasjeckani luk, pa oguljene i na kocke narezane mrkve. Na to stavite osoljeno i popapreno meso, te kost. Zalijte vinom, preko mesa prelijte konjak i zapalite. Zalijte sve juhom, osolite, popaprite, dodajte začinske trave. Lim hermetički zatvorite i stavite na jaku vatru. Kad sve provrije, preselite u zagrijanu pećnicu i pecite oko četiri sata (u ekspres-loncu bit će dovoljno sat i 20 min). Po mogućnosti ne otvarajte pećnicu prva dva sata pečenja. Nakon toga s vremena na vrijeme zalijevajte meso sokom, a ako treba dodajte još juhe. Posljednjih pola sata pecite otklopljeno da meso dobije lijepu boju**.*

****SAVJET:** ovo jelo (u originalu: „Boeuf à la mode“) još je bolje kad se podgrije, a za topla vremena može se jesti i hladno.

RUČAK: podvarak s kobasicama (pogledajte 19. II), kuhani krumpir, čokoladna krema*.

VEČERA: sendviči s narescima i sirom**.

ČOKOLADNA KREMA*

(slika 7)

PRIPREMITE: 3 jaja, žlicu maslaca, 15 dag čokolade za kuhanje, 7 dag šećera; tučeno slatko vrhnje, čokolade za ukas.

Odijelite žumanjke od bjelanjaka. Žumanjcima dodajte otopljeni maslac, naribanu čokoladu i šećer. Miješajte na pari da dobijete gustu smjesu. Posebno istucite vrlo čvrsti snijeg od bjelanjaka, dodajte ga skuhanj smjesi i još malo kuhajte da se sve lijepo zgusne. Za cijelo vrijeme kuhanja morate neprekidno miješati. Skuhanu kremu rastočite u zdjelice i stavite u hladnjak da se dobro ohladi. Prije posluživanja ukrasite tučenim slatkim vrhnjem i grubo naribanom čokoladom.

****SAVJET:** vrlo tvrdi sir lako ćete rezati zagrijanim nožem.

RUČAK: ragu od jetre*, zapečeni špageti, naranče.

VEČERA: sir i vrhnje.

RAGU OD JETRE*

PRIPREMITE: 30 dag jetre, jednu i po žlicu brašna, mljevenu crvenu papriku, mast ili ulje, 4 glavice luka, 2 velike zelene paprike (svježe, smrznute ili ukiseljene), 3—4 žlice gusto ukuhanе rajčice.

*Jetru operite, dobro obrišite upijajućim papirom i narežite na rezance debele oko 1 cm. U brašno umiješajte sol i mljevenu papriku**, u to uvaljajte jetru i naglo je ispržite. Ostavite je na tplotu, a na istoj masti ispržite nasjeckani luk, zatim i papriku narezanu na rezance. Dodajte rajčicu a zatim toliko vode ili juhe da umak bude gust. Pirjajte još neko vrijeme, vratite jetru, još malo pirjajte i poslužite.*

****SAVJET:** jetru nemojte nikad unaprijed soliti ni papriti. To vrijedi ako je naglo pržite na ulju ili roštilju. Osolite tek kad je jelo gotovo. Ako jetru pržite u brašnu ili pohate, sol i papar ili mljevenu papriku umiješajte u brašno.

RUČAK: juha od graha, lubin u umaku od vina*, rizi-bizi, ukiseljene lučice (kapulice).

VEČERA: žganci s mlijekom.

LUBIN U UMAKU OD VINA*

PRIPREMITE: jednog lubina (brancina) teškog otprilike 1,5 kg, 2 dl vinskog octa, 1 mrkvu, 3—4 kriške limuna, jedan korijen peršina, 2 klinčića, 1 glavicu luka, 10 dag maslaca, 4 žumanjka, 1 režanj češnjaka, 2 lovorova lista, 2 dl bijelog dalmatinskog vina, sol, papar.

*Očistite ribu, pristavite je kuhati u toliko vode da bude pokrivena. Dodajte 2 žlice octa, limun, lovor, narezane mrkve i peršin, te cijeli luk u koji ste uboli klinčiće. Osolite. Polako kuhajte nešto duže od pola sata. Maknite s vatre i pustite da se hladi. Za umak u malu posudu stavite vino, istu količinu vinskog octa, sol, papar, nasjeckani peršin. Pristavite na slabu vatru i maknite čim zakipi. Dodajte žumanjke, malo soli i vode, pa neprekidno miješajući dodavajte maslac u komadićima. Dobit ćete umak nalik majonezi. Čuvajte na toplom do posluživanja. Kuhanu ribu** poslužite mlaku i pokrivenu toplim umakom.*

****SAVJET:** kuhanu ribu možete poslužiti i hladnu, prelivenu majonezom ili tartar-umakom.

RUČAK: juha od zimskog povrća*, okruglice od sira.

VEČERA: špagete s umakom od sardina (pogledajte 27. XII).

JUHA OD ZIMSKOG POVRĆA*

PRIPREMITE: 10 dag graha, 10 dag boba, 10 dag suhoga graška, 30 dag špinata, 20 dag kupusa, 3 krumpira, 10 dag suhe slanine, 15 dag svježe slanine, 1 mrkvu, 1 glavicu luka, 1 režanj češnjaka, 1 šaku riže, sol, papar.

*U osoljenu kipuću vodu stavite bob, grašak i grah**. Neka kuha 20 minuta. Tada ocijedite i premjestite u 2 litre osoljene vode. Dodajte nasjeckani špinat i kupus, krumpir narezan na kockice i usitnjenu svježu slaninu. Kuhajte oko sat i pol. Onda sve povrće protisnite (propasirajte) i dodajte rižu. Slaninu narežite na kockice, otopite na tavici, ispržite na njoj nasjeckani luk, dodajte peršin i uspite u juhu. Kad riža bude mekana, juhu poslužite.*

****SAVJET:** nemojte zaboraviti dan ranije namočiti suho povrće, a na dan kuhanja pristavite ga u svježu vodu.

RUČAK: vojvođanski sekeli-gulaš*, rezanci**, jabuke.

VEČERA: crni kolač (pogledajte 25. X), čaj.

VOJVOĐANSKI SEKELI-GULAŠ*

PRIPREMITE: 1 kg svinjetine od buta, 4 glavice luka, 2 žlice masti, 1 kg naribanoga kiselog kupusa, 2 dl masnog kiselog vrhnja, sol, mljevenu crvenu papriku.

Luk očistite, nasjeckajte i podijelite napola. Svaku polovicu posebno ispržite na masti, pa jednoj dodajte kiseli kupus, a drugoj meso narezano na kockice. Kiseli kupus isperite u cjedilu da ne bude prekiseo! Pirjajte svako za sebe i miješajte. Kad i jedno i drugo dobije boju pomiješajte, osolite, dodajte mljevenu papriku i sol, zalijte vrhnjem i još neko vrijeme pirjajte.

****SAVJET:** preostalu tjesteninu možete upotrijebiti i ovako: umiješajte nekoliko umućenih jaja, sol, sir, malo maslaca i margarina. Smjesu ulijte u lim ili vatrostalnu posudu namazanu margarinom, pa stavite u pećnicu. Neka se peče 15—20 minuta; poslužite sa salatoma kao bezmesnu večeru.

RUČAK: juha od suhoga graška, krumpir sa sirom (pogledajte 20. II).

VEČERA: doboš-torta*, kuhano vino.

DOBOŠ-TORTA*

PRIPREMITE: za tijesto: 6 jaja, 17 dag šećera, 12 dag brašna; maslac i brašno za kalup; za kremu: 25 dag maslaca, 12 dag čokolade, 10 dag šećera, 1 žumanjak; 15 dag šećera za ocaklinu, 4 dag lješnjaka za posipavanje.

*Žumanjke miješajte sa šećerom. U glatku i pjenušavu smjesu dodajte brašno i tvrdi snijeg od bjelanjaka. Smjesu ispecite u 8—12 vrlo tankih listova u kalupu koji svaki put namažite maslacem i pospite brašnom. Svaki list izvadite iz kalupa dok je još vruć. Kad se potpuno ohlade, sve osim jednoga namažite kremom. Ostavite malo kreme. Za kremu dugo miješajte maslac, zatim umiješajte smekšanu čokoladu, šećer i žumanjak. Poslažite tortu. Šećer za ocaklinu grijte na vatri i neprekidno miješajte da ocaklina postane tekuća i žuta, pa brzo prelijte preko torte. Ocaklinu treba odmah zarezati**, a dio koji je tekao sa strane oprezno odstraniti. Sa strane tortu namažite preostalim kremom i pospite lješnjacima narezanim na listiće.*

****SAVJET:** kad pripremate ocaklinu, bez obzira žuri li vam se ili ne, šećer morate rastopiti na najslabijoj vatri, jer ćete jedino tako dobiti lijepu, svijetlu boju. Ocaklinu ćete lako narezati ako nož prije svakog zareza namažete maslacem ili zarezete u limun. Torta je dobila ime po znamenitom budimpeštanskom slastičaru Dobosu iz prošloga stoljeća.

RUČAK: pečena janjetina**, pečeni krumpir, mladi luk.
VEČERA: sendviči, grog s narančama*.

GROG S NARANČAMA*

PRIPREMITE: jedna osmina litre ruma, 15 dag šećera, 3 veće naranče.

Rum razrijedite sa četvrt litre vode i pristavite na vatru. Naranče dobro operite. Jednu narežite na tanke kolutove, a od druge dvije naribajte najprije koru, a zatim istisnite sok. Rumu dodajte šećer, korice i sok od naranče, pa pustite da zakipi. Piće rastočite u zagrijane čaše i dodajte one kolutove od treće naranče.

****SAVJET:** općenito se smatra da je janjeći but najbolji za pečenje, ali je dobra i plećka. Zapravo, često je i sočnija.

RUČAK: piletina s bademima*, pirjana riža, zelena salata, lješnakova beze-torta (pogledajte 29. XI).
VEČERA: torta, kakao.

PILETINA S BADEMIMA*

(slika 5)

PRIPREMITE: 3 bataka s karabacima, sol, papar, ulje, maslac ili margarin, 1 dl oguljenih lješnjaka, mljevenu crvenu papriku.

*Odvojite batke od karabataka, osolite, popaprite i natrljajte mljevenom crvenom paprikom**. Pomiješajte ulje s maslacem, namjestite piletinu i poslažite na mali, namašteni lim. Pecite u zagrijanoj pećnici na 225° oko 25 minuta. U međuvremenu ogulite lješnjake, narežite na listiće i popržite ih na maslacu. Time pospite ispečene piliće i odmah poslužite.*

****SAVJET:** pečena piletina bit će ukusnija ako pile nakon pranja i brisanja natrljate limunovim sokom. Tek tada ga osolite i pecite.

RUČAK: juha od telećeg jezika, kuhani teleći jezik**, umak „gribiche“, pire od krumpira.

VEČERA: nabujak od staroga kruha (pogledajte 28. IX).

UMAK „GRIBICHE“*

PRIPREMITE: 3 jaja, 2 dl ulja, 1 žlicu senfa, 3 dag kiselih krastavaca, 1 dl finoga vinskog octa, nasjeckane začinske trave (po ukusu), sol i papar.

Jaja tvrdo skuhaite, ogulite ih i odijelite bjelanjke od žumanjaka. Bjelanjke sitno nasjeckajte. Žumanjke stavite u zdjelicu i zdrobite u glatku masu. Dodajte senf, pa miješajući dodavajte malo po malo ulje, a na kraju i ocat. Osolite, popaprite, dodajte bjelanjke i jednako sitno nasjeckane kisele krastavce. Ovaj umak možete poslužiti i uz hladne (pečene ili kuhane) ribe, te drugu ponutricu.

****SAVJET:** kuhanom jeziku ogulite kožu dok je još topao, jer to teže uspijeva kad se sasvim ohladi.

RUČAK: bubrezi na kiselo, okruglice od kruha, zapečena krema*.

VEČERA: hrenovke, jogurt.

ZAPEČENA KREMA*

PRIPREMITE: jedno cijelo jaje, 2 bjelanjka, žlicu šećera, četvrt litre mlijeka, jednu šipku vanilije, 3 žlice šećera u prahu, 10 dag badema, maslac ili margarin za mazanje.

*Miješajte cijelo jaje sa šećerom. Malo pomalo dolijevajte mlako mlijeko koje je prethodno zakipjelo s vanilijom. Neprekidno miješajte. Kremu skuhaite na vatri da se zgusne, pa je ulijte u manji kalup ili u vatrostalnu posudu prethodno namazanu maslacem. Bjelanjke stucite u snijeg, pa umiješajte šećer u prahu. Dobit ćete glatku smjesu kojoj dodajte još i sitno samljevene bademe. Time prekrijte kremu i zapecite na jakoj vatri u prethodno zagrijanoj pećnici 6 minuta**. Poslužite mlako.*

****SAVJET:** ovu je kremu dobro ostaviti u zagašenoj pećnici da se polagano hladi — što nikako nije dobro za dizanje kolača.

RUČAK: govedina s curryjem (pogledajte 3. XI), rezanci.
VEČERA: uštipci s jabukama*, mlijeko.

UŠTIPCI S JABUKAMA*

PRIPREMITE: 2,5 dl mlijeka, 18 dag brašna, malo soli, 2 jaja, 2 dag šećera, malo cimeta, 1 žlicu ruma, 1,5 kg jabuka, 30 dag masti ili ulja za prženje, tekući med.

*Dobro miješajte (po mogućnosti mikserom) mlijeko s brašnom, onda malo posolite, dodajte jaja, šećer, cimet i rum da dobijete tekuće tijesto. Jabuke dobro operite, odstranite pokvarene dijelove, ali ih ne treba guliti. Naribajte ih i odmah pomiješajte s tijestom. U dubljoj tavi zagrijte masnoću, žlicom grabite uštipke i pržite s jedne i druge strane. Dobro ocijedite od masnoće, prelijte medom i poslužite**.*

****SAVJET:** sva jela od prženoga tekućeg tijesta valja odmah poslužiti, a ne pripremati unaprijed. Možete umijesiti tijesto — s dodacima ili bez njih — ali pržite u posljednji trenutak.



Slika 11

Mladi kukuruz ne treba uvijek kuhati ili peći samo u klipu, orunjeno zrnje odlična je namirnica. Gore u sredini: istarska maneštra (pogledajte 5. IX), lijevo: popečki s kukuruzom (14. VIII) i desno: nabujak s kukuruzom (25. VIII).

Slika 12

Sladoled je odličan sam, ali je još bolji ako ga uz malo mašte upotrijebite kao sirovinu za nešto svoje. Gore lijevo: sladoled od naranče (pogledajte 11. I), dolje lijevo: voćna salata sa sladoledom (10. VI), u sredini: frappe s jagodama (7. VI) i desno: ledena čokolada (22. VIII).



RUČAK: riba u luku (pogledajte 14. X), restani krumpir, salata od cikle (pogledajte 12. XII).

VEČERA: bosanska proja*, kiselo mlijeko.

BOSANSKA PROJA*

PRIPREMITE: 50 dag kukuruznog brašna, 6 jaja, 2 žlice dobrog kajmaka, 1/2 l mlijeka, malo soli, mast, maslac.

*Razbijte jaja i dobro ih izmiješajte. Dodajte kajmak, žlicu masti i sol, pa umiješajte brašno. Lim namažite mašću, ulijte smjesu, poškropite otopljenom mašću i stavite u jako zagrijanu pećnicu. Pecite oko pola sata, pečenu proju odmah prelijte otopljenim maslacem, narežite na kocke i poslužite**.*

****SAVJET:** postoji mnogo vrsta proja — one s manje jaja i jeftinijim sastojcima najčešće se daju kao prilog uz podvarak, sarmu, kiseli kupus ili meze, dok su samostalna jela ona u kojima ima više jaja, te kajmaka ili drugih sastojaka: u užičku proju, npr. ide na 1,5 kg kukuruznog brašna 8 jaja, 50 dag masnoga srpskog sira, 50 dag čvaraka, 25 dag kajmaka za tvrde tijesto koje se još sirovo nareže na kocke i prelije rastopljenom mašću.

RUČAK: smeđi goveđi ragu (pogledajte 8. III), okruglice od sira (slane).

VEČERA: bijela torta*, čaj.

BIJELA TORTA*

PRIPREMITE: za tijesto: 28 dag brašna, 10 dag margarina, malo mlijeka, 12 dag šećera, 1 jaje, 1/2 praška za pecivo; za kremu: 1/2 l mlijeka, 3 velike žlice glatkoga brašna, 15 dag maslaca, 20 dag šećera, 1 limun; za ocaklinu (glazuru): 3 rebra čokolade za kuhanje, 3—4 žlice šećera, malo maslaca.

*Sve sastojke za tijesto pomiješajte i sa vrlo malo mlijeka načinite tijesto. Razvaljajte i pecite u tri lista. Za svaki list kalup treba dobro namazati maslacem i posuti brašnom. Za kremu u brašno pomalo ulijevajte mlijeko pazeći da nema grudica — ako je potrebno mješavicu procijedite da bude glatka. Miješajte na pari da se zgusne, ali ne smije zakipjeti. Posebno miješajte maslac sa šećerom da dobijete glatku smjesu u koju dodajte skuhanu mlijeko s brašnom. U sasvim ohlađeno dodajte i limunov sok. Time premažite dva lista torte i ostavite malo za stranice. Složite tortu, namažite je okolo kremom. Za ocaklinu skuhaite čokoladu sa šećerom i 4 žlice vode da se zgusne, dodajte maslac, promiješajte i prelijte po gornjem listu torte**.*

****SAVJET:** ova je torta — kao i mnoge s tom vrstom tijesta — mnogo bolja ako prije upotrebe stoji dan-dva.

RUČAK: bečki odresci, špinat**, pire od krumpira.

VEČERA: kolačići s bademima*, čaj.

KOLAČIĆI S BADEMIMA*

(slika 2)

PRIPREMITE: za tijesto: 34 dag brašna, 28 dag maslaca ili margarina, 15 dag šećera, 2 žlice kakaa, 1 jaje, 17 dag badema, korica od 1/2 limuna; 1 bjelanjak za mazanje i 10 dag grubo samljevenih badema za posipanje.

Smrvite brašno i maslac da biste dobili pjeskovitu smjesu. Dodajte joj šećer, kakao, oguljene i samljevene bademe, te naribanu limunovu koricu. Zamijesite tijesto i razvaljajte ga 3 mm debelo. Kalupom ili čašom izrežite kolačiće. Premažite ih bjelanjkom i pospite grubo samljevenim bademima. Poslažite ih u nenamazani lim i ispecite na srednjoj jakosti vatri.

****SAVJET:** špinat ćete lakše i brže oprati ako ga prije kuhanja ostavite u dobro osoljenoj vodi. Nakon toga ga isperite i spustite u kipuću osoljenu vodu da se skuha.

RUČAK: svinjsko pečenje Colbert*, krumpir, salata, savijača od vrhnja (pogledajte 8. XI).

VEČERA: hladno pečenje, umak „poulette“ (pogledajte 6. XII).

SVINJSKO PEČENJE COLBERT*

PRIPREMITE: 1,5 kg svinjetine bez kosti za pečenje, 1/2 svinjske maramice (mrežice), 25 dag suhe slanine, 60 dag kelja, sol, kumin (kiml), 5 dag luka, vezicu zelenog peršina, 4 dag gljiva, mast ili ulje, malo juhe.

*Kelj očistite, razdijelite na listove i spustite ih na koju minutu u kipuću osoljenu vodu. Luk nasjeckajte, malo propržite, dodajte nasjeckane gljive, malo ih pirjajte, maknite s vatre, pospite nasjeckanim zelenim peršinom. Meso operite, obrišite, osolite i natrljajte kimlom. Rasprostrite svinjsku maramicu, na nju poslažite listove kelja, a na njih mješavinu luka i gljive. Suhu slaninu narežite na što tanje listiće kojima obložite** pečenje. Omotajte ga maramicom, svežite bijelim pamukom i pecite oko sat i četvrt u pećnici. Isprva često zalijevajte juhom i vlastitim sokom, kasnije vodom. Na kraju oberite suvišnu mast, a sok od pečenja prokuhajte s malo vode.*

****SAVJET:** ako svinjska maramica nije dovoljno masna, onda suhu slaninu stavite na nju, pa preko nje kelj i ostalo.

RUČAK: juha od rajčice, popečki od krumpira*, topla salata od mahuna (pogledajte 1. II).

VEČERA: kajgana s lukom, jogurt.

POPEČCI OD KRUMPIRA*

PRIPREMITE: 1/2 kg krumpira, sol, 1 glavicu luka, 1 jaje, papar, malo brašna, ulje za prženje.

*Sirovi krumpir ogulite, operite i sitno naribajte. Nasjeckajte luk i ispržite ga na ulju. Maknite s vatre. Krumpir iscijedite, dodajte luk, osolite, popaprite, umiješajte jaje. Dodajte i toliko brašna da tijesto ne bude ni prerijetko ni pregusto — malo gušće nego li za palačinke. Zagrijte ulje, žlicom grabite smjesu i spuštajte da se prži**. Vilicom svaki popečak pritisnite da bude lijepo tanak i hrskav. Ispržite s obje strane i poslužite ih tople.*

****SAVJET:** ulje neće prštiti dok pržite ako mu dodate nekoliko komadića drvene čačkalice.

RUČAK: varivo od kisele repe sa suhim mesom, kolač s kompotom*.

VEČERA: sir, punjena jaja.

KOLAČ S KOMPOTOM*

PRIPREMITE: veću konzervu kompota od ananasa, 5 jaja, 13 dag šećera, 10 dag brašna, posebno šećer za karamel.

*Otvorite konzervu pa četvrtinu ananasa sameljite. Dobro istucite jaja sa šećerom, dodajte brašno, pa samljevene ananase. Kalup stavite na blagu vatru i u njem karamelizirajte šećer**. Uspite priređeno tijesto. Pecite 1 sat, izvadite kolač, poslažite na nj preostali ananas i zalijte sirupom od kompota. Poslužite hladan.*

****SAVJET:** kad pečete kolače, osobito ako ih karamelizirate, kalup je dobro obložiti aluminijskom folijom. Kolač ćete lakše izvaditi a lim brže oprati.

RUČAK: zapečeni šaran (pogledajte 5. XII), pire od krumpira, salata.

VEČERA: naglo pržena jetra, salata od matovilca, suhe šljive u vinu*.

SUHE ŠLJIVE U VINU*

PRIPREMITE: 75 dag suhih šljiva, 10 dag šećera, oko pola litre crnog vina, šipku vanilije, komadić cimetove kore.

*Operite suhe šljive** i potopite ih u vinu tako da budu potpuno pokrivene. Ako je vino jako ili ne želite da poslastica bude preslatka, vino razvodnite. Dodajte cimet i ostavite preko noći. Drugoga dana samo malo zagrijte na vatri.*

****SAVJET:** suhe šljive su bogate šećerom, siromašne masnoćama i vrlo su lako probavljive. Odlične su stoga za djecu, sportaše, za putovanja i u svakoj prilici kad veći fizički napor zahtijeva brzo nadoknađivanje istrošenih snaga. Mnogi ipak nerado jedu suhe šljive jer ih samo dodaju u druge kompote. Vrlo su ukusne i natopljene u ruski čaj — sam ili s dodatkom ruma ili konjaka.

RUČAK: juha od rajčica s dagnjama*, francuski krumpir, zelena salata.

VEČERA: salata od graha sa safaladom**, jogurt.

JUHA OD RAJČICA S DAGNJAMA*

PRIPREMITE: 40 dag cijelih konzerviranih rajčica, 17 dag gusto ukuhane rajčice, 2 žlice ulja (po želji maslinovo), 1 glavicu luka, 2 režnja češnjaka, 3/4 litre juhe (koncentrata), sol, papar, zeleni peršin, ružmarin, mažuran, naribanu koricu od pola limuna, 1 konzervu (oko 20 dag) dagnji.

Na ulju propržite nasjeckani luk, dodajte rajčice, usitnjeni češnjak, sol, papar, začinske trave i limunovu koricu. Zalijte juhom i kuhajte da se malo zgusne. Dodajte dagnje, još samo malo prokuhajte i poslužite.

****SAVJET:** ako volite pikantna jela, onda bijeli skuhani grah protisnite (propasirajte), pa mu dodajte naribani hren, sol i vrhnje. Dobit ćete gusti umak koji poslužite uz safalade.

RUČAK: fileki*, zapečene palačinke sa sirom.

VEČERA: špagete s bolonješkim umakom, voće.

FILEKI*

PRIPREMITE: 50 dag fileka (tripica, škembića), 10 dag luka, 3 režnja češnjaka, 10 dag suhe slanine, 4 dag masti ili ulja, 4 dag brašna**, dosta zelenog peršina, sol, papar, 2—3 žlice tvrdo ukuhane rajčice, ribani sir parmezan, lovorov list.

Fileke vrlo dobro i pažljivo operite pa pristavite kuhati u osoljenu vodu. Preporučamo vam ekspres-lonac jer se inače kuhaju tri do četiri sata. Kuhane i ohlađene fileke narežite na rezance. Na masti propržite slaninu narezanu na kockice, pa načinite zapržak kojem dodajte sitno nasjeckani luk. Onda dodajte fileke i usitnjeni češnjak, zatim rajčice i lovor, te toliko vode da bude dobro pokriveno. Pirjajte još dvadesetak minuta, osolite i popaprite. Prije posluživanja dodajte nasjeckani peršin. Posebno poslužite ribani sir da ga svatko doda prema ukusu.

****SAVJET:** umjesto zaprška u fileke možete dodati mrvice da se umak zgusne. U tom slučaju nemojte stavljati luk već nešto više češnjaka.

RUČAK: riba na paški način*, palenta, kompot.

VEČERA: pohani kruh, salata od mladog maslačka**.

RIBA NA PAŠKI NAČIN*

PRIPREMITE: 2 kg raznih bijelih riba, 2 kg krumpira, 60 dag svježih rajčica ili odgovarajuću količinu ukuhane rajčice, 20 dag paprika (mogu dubokosmrznute), 20 dag mrkve, 10 dag luka, 1 dag zelenog peršina, 1,5 dl bijelog vina, 1/2 dl vinskog octa (kvasine), sol, papar.

Očistite ribe, narežite na komade. Ogulite povrće i narežite na komade, a peršin nasjeckajte. U posudu s dubljim dnom složite krumpire, ostalo povrće, pa ribu i tako redom. Svaki red osolite i popaprite. Na vrhu neka bude riba. Zalijte vinom, kvasinom i dodajte toliko vode da jelo do vrha bude pokriveno tekućinom. Kuhajte na srednje jakoj vatri, pokriveno, jedan sat. Odmah poslužite.

****SAVJET:** iskoristite prve toplije dane da nabereite „divlje“ salate, jestivo bilje koje samoniklo raste po livadama i šumama. Sasvim mlado lišće maslačka vrlo je ukusno i zdravo povrće. Možete ga miješati s krumpirom za salatu ili načiniti samo. U drugom slučaju dodajte mu tvrdo kuhana jaja koja ste zdrobili vilicom.

RUČAK: krem-juha od cvjetače**, bijelo pile*, pirjana riža, salata od krastavaca, kolačići s bademima (pogledajte 1. IV).

VEČERA: omlet s pilećom jetrom, salata od cvjetače.

BIJELO PILE*

PRIPREMITE: 1 pile, sol, bijeli papar u zrnu, glavicu luka, 1 mrkvu, vezicu kopra; za umak: 1,5 dl otopljenog margarina ili maslaca, 2,5 žlice brašna, oko pola litre pileće juhe, malo octa, kopar, 1/2 dl vrhnja, sol, limun.

Očišćeno pile narežite na 8 komada, zalijte vodom, dodajte mrkvu, sol, papar u zrnu, luk i kopar. Skuhajte, pazite da se ne raskuha! Ocijedite juhu. Načinite zapržak od margarina i brašna, ali oprezno da ostane sasvim svijetao. Zalijte juhom, dodajte malo octa i kuhajte miješajući da se zgusne. Maknite s vatre, umiješajte vrhnje i nasjeckani kopar. Na zagrijani pladanj poslažite kuhano pile i prelijte umakom. Posebno poslužite limun da ukućani dodaju sok ako im nije dosta kiselo.

****SAVJET:** iskoristite cijelu cvjetaču: cvjetove odvojite za večer kada ćete prirediti salatu, a lišće protisnite i načinite krem-juhu. Ako ima mnogo zelenog lišća, priredite ga kao varivo nalik na špinat.

RUČAK: krem juha s lukom*, okruglice s pekmezom.
VEČERA: salata od safalade s tvrdo kuhanim jajima i vlascem.

KREM JUHA S LUKOM*

PRIPREMITE: 2 krumpira, 4 velike glavice luka**, 1 litra juhe (koncentrat), 1 dl mlijeka; za ukras: glavicu luka, suhi kruh, malo masti.

Ogulite krumpir i luk pa kuhajte pola sata u juhi. Onda sameljite u mikseru ili protisnite pa dodajte u vruće mlijeko. Neka još jednom provrije; provjerite treba li soli i papra. Suhi kruh narežite na kockice, a luk očistite i cijeloga režite što tanje da biste dobili dugačke „rezance“. Propržite ga zajedno s kruhom na masti i stavite da pliva na površini juhe.

****SAVJET:** luk je bitan sastojak mnogih jela. Mnogi ga ne podnose a ovako kuhan mnogo je lakše probavljiv. Ako vam luk nadražuje oči dok ga čistite, ljuštite ga pod mlazom vode.

RUČAK: đurđevački „temfani“ grah*, kuglice (pogledajte 30. XII).

VEČERA: omlet sa šunkom, salata od ribanog celera**.

ĐURĐEVAČKI „TEMFANI“ GRAH*

PRIPREMITE: 50 dag graha, 10 dag masti, 10 dag suhe slanine, 40 dag luka, 30 dag češnjaka, malo mljevene ljute crvene paprike, 1,5 dag celerovog lišća, 1 dl vrhnja, sol, papar.

Dan ranije namočite grah, pa ga ocijedite i skuhaite u svježoj osoljenoj vodi. Slaninu narežite na kockice i otopite na masti, dodajte nasjeckani luk i sve ispirajte. Popražite mljevenom paprikom, promiješajte, dodajte ocijedeni grah, sol i papar. Pirjajte miješajući 10—15 min na laganoj vatri. Dodajte vrhnje i nasjeckani celer, pa još desetak minuta pirjajte.

****SAVJET:** ogulite celerov korijen i naribajte. Ostatak će lijepo bijel ako ga smjesta natopite limunovim sokom. Dodajte mu i oštrog senfa, osolite i zauljite, pa ćete dobiti vrlo ukusnu i zdravu salatu.

RUČAK: pohani mozak, pire, salata od mladog poriluka.

VEČERA: punjeno pecivo*, čaj.

PUNJENO PECIVO*

PRIPREMITE: 4 peciva (neka bude svijetle korice), 8 jaja, maslac, sol, papar, 2 žlice vrhnja, posebno još 3 dag maslaca, vlasac.

*Maslacem premažite posudu i u nju razbijte jaja, osolite, popaprite i kuhajte na pari. Stalno tucite žlicom za snijeg da biste dobili gustu kremu. Dodajte vrhnje i maslac narezan na komadiće. U međuvremenu prerežite pecivo na pola, malo utisnite u sredini da dobije udubinu i zagrijte u pećnici. Skuhani nadjev maknite s vatre, dodajte nasjeckani vlasac, time napunite peciva i odmah poslužite**.*

****SAVJET:** ovaj je nadjev dobar i za slane košarice koje možete kupiti gotove ili ih sami načinite od tijesta kao za pitu.

RUČAK: juha od povrća, krpice sa šunkom, salata od radiča.

VEČERA: zubatac s majonezom*.

ZUBATAC S MAJONEZOM*

PRIPREMITE: zubaca teškog 1 kg (bolje da je nešto teži nego lakši), pola limuna, sol, 1/4 litre vinskog octa, 15 zrna papra, 25 dag zelenja za juhu, 1 glavicu luka, 3 režnja češnjaka, 1 lovorov list; čašu majoneze (može biti kupovna).

*Ribu očistite, operite i obrišite. Nakapajte limunovim sokom. U međuvremenu skuhaite marinadu, to jest, vodu sa svim drugim nabrojanim sastojcima. Neka malo kipi, zatim u to spustite ribu da se skuha. Čim marinada opet zavrije smanjite vatru i kuhajte 10 do 20 minuta. Maknite s vatre i ostavite ribu u marinadi da stoji daljnjih desetak minuta. Onda je izvadite, ocijedite i stavite na pladanj. Prije posluživanja prelijte majonezom** i ukrasite limunom.*

****SAVJET:** skuhanu ribu možete poslužiti s holandskim umakom umjesto s majonezom: kuhajte na pari 4 žumanjka sa 2 žlice vode neprekidno miješajući. Kad se zgusne, dodajte 25 dag maslaca, narezanog na komadiće, i miješajte da se otopi. Maknite s vatre, dodajte sok od limuna, sol i papar. Taj umak možete preliti i preko tople ribe.

RUČAK: guščetina s ričetom*, naranče.

VEČERA: pečeni krumpir, salata od poriluka**.

GUŠČETINA S RIČETOM*

PRIPREMITE: gušćje batak ili prsa, 2 dl oljuštenog ječma, 2 dl graha, 2 žlice masti, 3 žlice brašna, 1 glavica luka, sol, papar, dosta zelenog peršina, malo juhe.

Guščetinu narežite i stavite peći u pećnicu. U međuvremenu u osoljenoj vodi skuhaite posebno ječam a posebno prethodno namoćeni grah. Na masti načinite zapržak od brašna sa sitno nasjeckanim lukom. Dodajte ocijeđeni ječam i grah pa promiješajte i stavite da još jednom provrije. Kušajte treba li još soli. Popaprite. U zdjelu stavite ričet i na njega pečenu guščetinu, sve pospite nasjeckanim zelenim peršinom, a preko prelijte mast od pečenja.

****SAVJET:** upotrijebite mladi poriluk sirov! Umjesto da ga kuhate, dobro ga očistite, skinite vrhove listova, a ostalo narežite na kolute široke pola centimetra. Osolite, pa začinite octom i uljem kao svaku salatu.

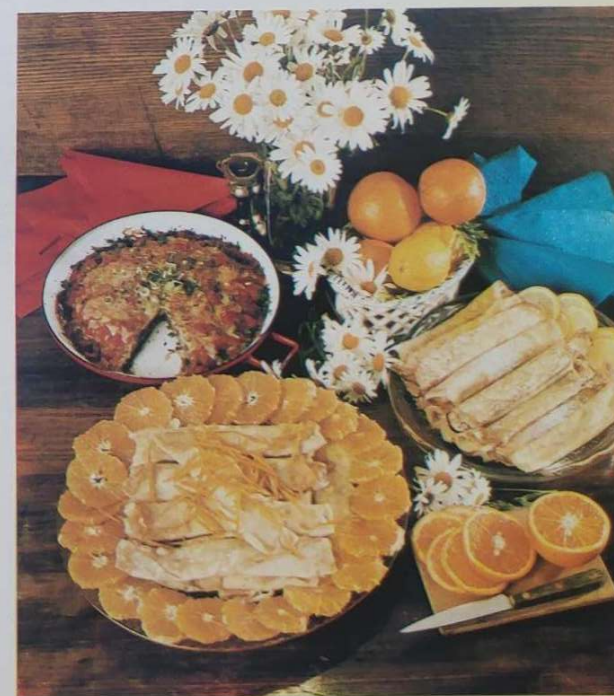


Slika 13

Gljive su nam nadohvat ruke cijele godine — tvrde oduševljeni gljivari. Pripremajte ih što češće! Lijevo: rajčice punjene gljivama (pogledajte 11. X), u sredini: pirjane gljive „Alpe“ (20. IX) i desno: omlet s gljivama (1. IX).

Slika 14

Palačinke tisućama godina u raznim oblicima raduju čovječanstvo. Kombinacije su neiscrpne... Gore lijevo: zapečene talijanske palačinke (pogledajte 7. X), lijevo dolje: palačinke s narančama (7. XII) i desno: karipske palačinke (28. X).



RUČAK: rolada od telećih prsiju*, pečeni krumpir, salata, pita od oraha**.

VEČERA: pita, bijela kava.

ROLADA OD TELEĆIH PRSIJU*

PRIPREMITE: 1 kg telećih prsiju (izvažite kad odstranite kosti!), sol, papar, ulje, maslac, malo ružmarina, 1 dl bijelog vina, juhu; za nadjev: 10 dag kuhane šunke, 10 dag mortadele, ili salame, 5 dag suhe slanine, vezicu zelenog peršina, 1 glavicu luka, 10 dag mekanog dijela kruha, malo mlijeka, 2 jaja, sol, papar.

Kada telećim prsima izvadite kosti, ostat će otvori koje spojite da biste dobili nešto nalik džepu. Sameljite šunku, slaninu, mortadelu i peršin. Nasjeckani luk popržite na ulju i dodajte u samljevenu mješavinu. Maknite s vatre. Dodajte kruh prethodno namočen u mlijeko, jaja, sol i papar, dobro promiješajte pa time nadjenite prsa. Premažite ih odozgo uljem, savijte u roladu pa okolo naokolo obavijte čistom uzicom. U posudu stavite 2 dag maslaca i žličicu ulja, malo ružmarina i zagrijte. Na tome pržite roladu okrećući je sa svih strana da dobije boju. Prelijte vinom, pa kad ishlapi, osolite i stavite peći u zagrijanu pećnicu. Pecite oko 1,5 sat na 180°. Povremeno zalijevajte juhom. Ispečenu roladu ostavite da se malo ohladi, odstranite uzicu i poslužite.

****SAVJET:** u nadjev za pitu od oraha sitno naribajte 2 jabuke. Nadjev će biti sočan, a jabuke se neće ni osjetiti.

RUČAK: smuđ na krumpiru*, kruške u vinu (pogledajte 26. XII).
VEČERA: palačinke s preljevom od čokolade (pogledajte kod „torte sa sladoledom“ 29. VII).

SMUĐ NA KRUMPIRU*

PRIPREMITE: smuđa teškog 1 kg, sol, 3—4 režnja češnjaka, vezicu peršina, 1 kg krumpira, mast, 5 dag maslaca, 5 žlica kiselog vrhnja, 1/2 limuna.

*Smuđa očistite** izvana i iznutra. Zarežite ga na više mjesta i osolite. Nasjeckajte češnjak i peršin, pomiješajte i natrljajte time ribu iznutra. Ostavite je neka stoji. Ogulite krumpir, operite ga i narežite na tanke listiće. U vatrostalnoj ili zemljanoj posudi (đuveču) zagrijte mast, spustite krumpir, zalijte otopljenom masti i stavite u pećnicu. Neka se peče četvrt sata, onda krumpir razmaknite da u sredini nastane udubina u koju polegnite smuđa. I njega prelijte mašću i pecite 15 minuta. U međuvremenu dodavajte na ribu još mašti ako treba. Onda u lončiću zagrijte maslac da se otopi, dodajte vrhnje i limunov sok. Miješajte dalje na blagoj vatri kako biste dobili glatku smjesu bez grudica, pa time prelijte ribu i još dalje zalijevajte slijedećih pola sata. Poslužite sve zajedno.*

****SAVJET:** prije čišćenja ribe navlažite ruke i natrljajte ih solju. Tako će te lakše čistiti ljuske jer vam riba neće klizati iz ruke.

RUČAK: gusta juha od leće (pogledajte 27. II), poriluk sa suhom slaninom (pogledajte 25. XII).

VEČERA: popečci s pekmezom*, mlijeko.

POPEČCI S PEKMEZOM*

PRIPREMITE: osušeni bijeli, mliječni kruh ili peciva, marmeladu ili drhtalicu (žele) od borovnica ili ribizla**, 2 jaja, 2 dl mlijeka, 5 dag šećera, maslac, šećer u prahu.

Kruh ili pecivo narežite na podjednako debele odreske. Namažite ih marmeladom, pa slijepite dva i dva. Istucite u zdjelici jaja sa šećerom i mlijekom, pa u to namočite „sendviče“. Neka dobro upiju mješavinu, ali neka u tome ne leže predugo da se kruh ne premoči i počne raspadati. Ispržite ih s obje strane u zagrijanom maslacu ili ulju, pa poslužite posute šećerom u prahu.

****SAVJET:** ljepote i mirisi ljeta sačuvani su u staklenkama zimnice (domaće ili kupovne), pa je vrijeme da je koristite na što više načina. Čekajući prvo voće koristite kompote, pekmeze, marmelade i džemove. Dodajte ih u razne kreme, u jogurt, čak u sir, pa ćete dobiti samostalne slatkiše ili nadjev za biskvite. Ako pripremate kolač kojem u tijesto dodajete pekmez, onda smanjite količinu šećera. Mnoge kolače s voćem možete, naime, načiniti i sa zimnicom.

RUČAK: „pokrivena“ riba*, salata, pečene jabuke**.
VEČERA: rezanci s makom.

„POKRIVENA“ RIBA*

PRIPREMITE: 1/2 kg ribe, 2 žlice mlijeka, sol, papar, ulje, 1/2 kg krumpira, 4 dag brašna, zeleni peršin, limunov sok.

Ribu skuhaite u vodi kojoj ste dodali malo mlijeka, sol i papar. Ocijedite je i odstranite kosti. Posebno skuhaite krumpir i načinite pire sa sokom u kojem se kuhala riba, a ako treba dodajte još mlijeka. Od brašna i ulja načinite zapržak, zalijte ga mlijekom, dodajte usitnjenu ribu, osolite, popaprite, dodajte dosta zelenog peršina i limunov sok. U nauljenu vatrostalnu posudu stavite ribu, pokrijte pireom i zapecite u pećnici.

****SAVJET:** jabuke stavite peći u pećnicu čim izvadite zapečenu ribu pa će biti gotove upravo na vrijeme da ih iznesete na stol. Izvana će biti lijepe karamelizirane, ako prije pečenja svaku uvaljate u kristal-šećer.

RUČAK: rižoto s piletinom i tunjevinom*, salata, puding preliven karamelom**.

VEČERA: pohani sir, jogurt.

RIŽOTO S PILETINOM I TUNJEVINOM*

PRIPREMITE: 2 žlice ulja, 1 glavicu luka, 20 dag riže, 3—4 dl pileće juhe (može koncentrat), sol, papar, 10 dag graška iz konzerve, pola pileta, 20 dag tunjevine, malo ukuhane rajčice.

Skuhaite piletinu i tunjevinu, očistite ih od kostiju i narežite na veće komade. Posebno na ulju ispržite nasjeckani luk, dodajte rižu i popržite je. Zalijte juhom, dodajte grašak i meso te toliko ukuhane rajčice da jelo dobije boju. Osolite, popaprite i pirjajte na slaboj vatri.

****SAVJET:** karamel će biti lijep ako postupite ovako: stavite šećer u kristalu s vrlo malo vode na sasvim slabu vatru. Miješajte neprestano. Vatru pomalo pojačavajte. Kada šećer dobije zlatnosmeđu boju, maknite ga s vatre, dalje miješajte i dodajte nekoliko kapi vode.

RUČAK: teleći paprikaš, valjušci od krumpirova tijesta**, salata od krastavaca.

VEČERA: kolači s pekmezom*, bijela kava.

KOLAČI S PEKMEZOM*

PRIPREMITE: za tijesto: 14 dag brašna, 14 dag maslaca ili margarina, 7 dag šećera, 14 dag badema, malo mljevenog cimeta, 1 žumanjak, 15 dag pekmeza od ribizla (ili nekog drugog); preljev: 6 bjelanjaka, 21 dag šećera u prahu, 14 dag badema.

Na dasci izmrvite maslac s brašnom, dodajte šećer, samljevene bademe, cimet i žumanjak, pa zamijesite tijesto. Razvaljajte ga na debljinu hrpta noža i narežite na trake široke 10 cm. Poslažite ih u lim i ispecite dopola na jakoj vatri u pećnici. U međuvremenu tucite bjelanjke sa šećerom i samljevenim bademima na pari da biste dobili gustu smjesu. Napola ispečeno tijesto premažite pekmezom i smjesom bjelanjaka, pa pecite na smanjenoj vatri da kolači dobiju koricu. Ohlađene režite na manje komade.

****SAVJET:** kad radite „njoke“ osim brašna (25 dag na 1 kg oguljenih i protisnutih krumpira) dodajte i 5 dag krupice (griza) i žlicu-dvije ulja, pa ćete biti sigurni da će biti ukusni i lagani. Nemojte dodavati tekućine!

RUČAK: pirjana jetra, restani krumpir, kupus lešo.

VEČERA: punjena jaja na riži*, salate.

PUNJENA JAJA NA RIŽI*

PRIPREMITE: 50 dag riže, manju glavicu luka, sol, zeleni peršin, 10 jaja; za nadjev: 10 dag maslaca, žličicu senfa, 3 sardine, malo limunovog soka.

*Skuhajte jaja tvrdo i ostavite da se ohlade. U međuvremenu proberite rižu, operite je i prosušite. Propržite je na masti stalno miješajući da postane prozirna. Zatim je osolite i zalijte sa dva puta toliko kipuće vode kolika je njena zapremnina. Dodajte cijeli oguljeni luk. Rižu poklopite, smanjite vatru i polako pirjajte pola sata. Nemojte je miješati! Luk ćete izvaditi prije posluživanja. U međuvremenu ogulite jaja, razrežite po polovici. Žumanjke i sardine protisnite (propasirajte), maslac miješajte da bude gladak i pjenast, pa dodajte senf, jaja i sardelice. Time napunite jaja** pa ih poslažite na rižu prije posluživanja. Sve obilato pospite sitno nasjeckanim zelenim peršinom.*

****SAVJET:** tako punjena jaja možete poslužiti i sama, bez riže, kao dodatak narecima. Ako ih želite ponijeti na izlet, spojite napunjene polovice i svako jaje umotajte u aluminijsku foliju.

RUČAK: krem juha od graška, slavonska pečenka (pogledajte 15. I), obareni krumpir, salata.

VEČERA: omlet sa šunkom, krema od kave*.

KREMA OD KAVE*

PRIPREMITE: 6 dag mljevene kave, žličicu instant-kave, 3 žumanjka, 1 cijelo jaje, žličicu škrobnog brašna, 16 dag šećera, 14 dag maslaca, 4 dl tučenog slatkog vrhnja.

*Skuhajte jaku kavu da biste dobili 1 dl ocijeđene tekućine. Dodajte kavi žumanjke, jaje, škrobno brašno i šećer, pa kuhajte na pari neprekidno miješajući dok ne dobijete glatku gustu smjesu. Posebno izmiješajte maslac i dodajte ga u ohlađenu kremu. Od tučenog vrhnja odvojite dio za ukras a ostalo oprezno umiješajte u kremu. Podijelite kremu u zdjelice, ukasite tučenim slatkim vrhnjem po kojem pospite instant-kavu**.*

****SAVJET:** ova krema je izvrsna i kao nadjev za torte, samo što ćete u tom slučaju dodati svega 2 žlice tučenog slatkog vrhnja. Ako nadjevate kupovnu, gotovu tortu, tada svaki list ovlažite crnom kavom i mlijekom.

RUČAK: patka na rumunjski način*, valjušci, salata, kolednik (pogledajte 8. I) sa sladoledom.

VEČERA: kolednik**, kakao.

PATKA NA RUMUNJSKI NAČIN*

PRIPREMITE: 1 patku, 3 glavice luka, 10 dag gljiva, 1 dl vina, mast, 3 žlice brašna, juhu (može koncentrat), 3 kisela krastavca, ukuhane rajčice, sol, papar.

Očistite i nasjeckajte gljive i luk. Ispržite na masti. Patku očistite i razrežite na četiri dijela. Dodajte je luku i pirjajte. Posebno na masti načinite s brašnom zapržak. Kad dobije lijepu boju, zalijte mješavinom juhe i vina, umiješajte i malo rajčice za boju. Osolite taj umak, popaprite i prelijte preko patke. Dodajte još usitnjene kisele krastavce i pirjajte da meso omekša.

****SAVJET:** kad mijesite kolače, unaprijed pomiješajte šećer i brašno pa se neće stvarati grumeni.

RUČAK: prežgana juha, nabujak od rezanaca*, miješana salata**.

VEČERA: voćna riža.

NABUJAK OD REZANACA*

PRIPREMITE: 1/2 kg rezanaca, 8 dag maslaca ili margarina, 2 jaja, sol, 1 dl vrhnja, 1 dimljenu kobasicu, maslac i mrvice za mazanje.

Rezance skuhaite u slanoj vodi. Pjenasto umiješajte maslac, žumanjke i sol, pa u to umiješajte skuhanu, ocijeđenu i ohlađenu rezance. Dodajte još nasjeckanu kobasicu i vrhnje, a na kraju čvrst snijeg od bjelanjaka. Vatrostalnu posudu namažite maslacem i pospite mrvicama, uspite smjesu rezanaca i pecite u zagrijanoj pećnici 1/2—3/4 sata. Nabujak odmah poslužite u istoj posudi.

****SAVJET:** za miješanu salatu (od raznih vrsta svježeg i ukiseljenog povrća) pripremite jednom ovakav umak: u zdjelici posebno rastopite sol u žličici limunova soka, dodajte malo papra, 3 žlice kiselog vrhnja, te po ukusu nasjeckanog luka ili češnjaka. Umak neka bude jače ili slabije kiseo ovisno o sastojcima salate. Povrće pomiješajte, pa prelijte dobro promiješanim umakom.

RUČAK: odresci od jetre u papru*, krumpir pečen u kori, salata, poljupci**.

VEČERA: brodet od riba s purom (žgancima).

ODRESCI OD JETRE U PAPRU*

PRIPREMITE: 1/2 kg jetre, 1—2 žlice maslaca ili margarina, sol, grubo stucani crni papar (nemojte ga mljeti!), 2,5 dl mlijeka.

Opranu jetru narežite na odreske koji ne smiju biti deblji od 1 cm i ispržite ih na rastopljenom maslacu. Vatra ne smije biti prejaka tako da ih sa svake strane pržite po 3 minute. Osolite ih i obilato pospite paprom. U masnoću ulijte mlijeko i pojačajte vatru. Miješajte da biste dobili gust smeđasti umak. Posolite i popaprite (jelo mora biti pikantno), pa prelijte preko jetre.

****SAVJET:** snijeg od bjelanjaka će dobro uspjeti ako prije svega pripazite da nema nimalo žumanjka. Nekoliko kapi limunova soka ili malo šećera u prahu pomoći će da snijeg bude čvršći i da se ne odjeljuje, ali ćete ga morati malo dulje tući. Posudu u kojoj ćete tući snijeg najprije malo isplahnite hladnom vodom pa će snijeg poslije lakše kliznuti van. Tucite ga u posljednji čas da ne stoji.

RUČAK: juha od mozga*, zapečene palačinke sa sirom i vrhnjem.

VEČERA: naglo prženi odresci, topla salata od krumpira (pogledajte 7. I).

JUHA OD MOZGA*

(slika 26)

PRIPREMITE: 1 teleći mozak (ili 1/2 goveđeg ili 2 svinjska), luk, zeleni peršin, 2 dag masti; za zapržak: 10 dag maslaca ili margarina, 10 dag brašna, sol, papar, 2 žemlje, malo mljevene crvene paprike.

*Mozak prelijte vodom i ostavite da stoji**, skinite mu kožice, grubo narežite i ispržite na masti sa sitno nasjeckanim lukom. Zagrijte maslac, dodajte brašno i načinite sasvim svijetli zapržak. Zalijte s 2,5 l vode, osolite, popaprite, dodajte nasjeckani peršin i mozak. Prokuhajte da mozak lijepo omekša, a juha se zgusne. Dodajte narezane i propržene žemlje, pa odozgo poprašite mljevenom paprikom. Ukrasite kiselicom ili peršinom.*

****SAVJET:** mozak nikada nemojte čistiti šiljastim nožem kojim biste povrijedili jestivi dio. Bolje ćete se poslužiti nožem sa zaobljenim vrhom ili — prstima. Mozak neka najprije stoji 2 sata u hladnoj vodi, koju nekoliko puta promijenite. Tako ćete očistiti ostatke krvi, a opna će omekšati. Uhvatite dio membrane prstima i polako je odjeljujte pomažući si palcem. Opne ne smije ostati nimalo ni na glatkom dijelu ni u naborima mozga.

RUČAK: vijenac od špinata*, pirjana riža, hrenovke.

VEČERA: nabujak od sira, voćna salata**.

VIJENAC OD ŠPINATA*

PRIPREMITE: 1,5 kg špinata, 3 jaja, 4 dag maslaca ili margarina, 4 dag brašna, 1/2 litre mlijeka, sol, papar.

Špinat skuhajte, dobro ocijedite i nasjeckajte nožem. Otopite maslac i popržite brašno (ne smije potamnjeti), zalijte mlijekom i miješajući kuhajte da se zgusne. Kada bešamel-umak postane mlak, osolite ga, popaprite, umiješajte jaja i špinat. Kalup za vijenac namažite maslacem, uspite smjesu i skuhajte je na pari. U međuvremenu ispirajte rižu. Vijenac iskrenite na pladanj, u sredinu stavite rižu i ukrasite hrenovkama.

****SAVJET:** voćnu salatu nemojte poslužiti previše rashlađenu jer će joj oslabiti miris. Ako je pripremate od pretežno ukuhanog voća, za miris dodajte radije malo cimeta ili vanilije nego li alkoholno piće, naročito ako će salatu jesti i djeca.

RUČAK: varivo od kelja, pohani naresci („parizer“).

VEČERA: srpska ćufteta na luku (pogledajte 17.II), pire, zelena salata, krema „Nada“*.

KREMA „NADA“*

PRIPREMITE: 4 žumanjka, 15 dag šećera, 1 žlicu glatkog brašna ili škrobnog brašna, 1 vanilin-šećer, 1/2 dl finog konjaka ili vinjaka, 2 dl slatkog vrhnja, žlicu šećera u prahu.

*Žumanjke miješajte sa šećerom da biste dobili glatku, pjenastu masu kojoj dodajte brašno i 3 žlice vode. Dobro promiješajte i kuhajte na pari neprekidno miješajući. Kad zakipi, dodajte konjak i dalje miješajte. Čim opet zakipi maknite s vatre i još neko vrijeme miješajte dok se hladi. Istucite slatko vrhnje, dodajte šećer u prahu. Polovicu dodajte u sasvim ohlađenu kremu, zatim je podijelite u šest čaša. Ukrasite preostalim tučenim slatkim vrhnjem**.*

****SAVJET:** kada slažete jelovnik — osobito za večeru — morate uz teže glavno jelo predvidjeti neki laganiji slatkiš, kao što je ova krema, a ne neki kolač s mnogo maslaca, oraha ili drugih „teških“ namirnica.

RUČAK: pržene ribe, pire od krumpira**, salata.

VEČERA: vijenac od riže i ribe*.

VIJENAC OD RIŽE I RIBE*

(slika 20)

PRIPREMITE: 2 šalice ribljeg mesa (usitnjeni ostaci ribe od ručka), 2 šalice kuhane riže, sol, papar, šalicu mlijeka, 4 jaja, maslinovog ulja, malo ružmarina, malo vinskog octa, žličicu-dvije ukuhanе rajčice.

Istucite jaja s octom i uljem u glatku smjesu, dodajte sve ostale sastojke i toliko rajčice da sve dobije ružičastu boju. Nauljite kalup u obliku vijenca, uspite smjesu i skuhajte u pari. Ako želite to jelo nositi na izlet, dobro ga rashladite.

****SAVJET:** kad radite pire, krumpir i mlijeko moraju biti topli. Od hladnog mlijeka pire postaje mrvičast i žilav.

RUČAK: francuska pašteta od patke*, pire, šparge na salatu (pogledajte 7. V), sladoled.

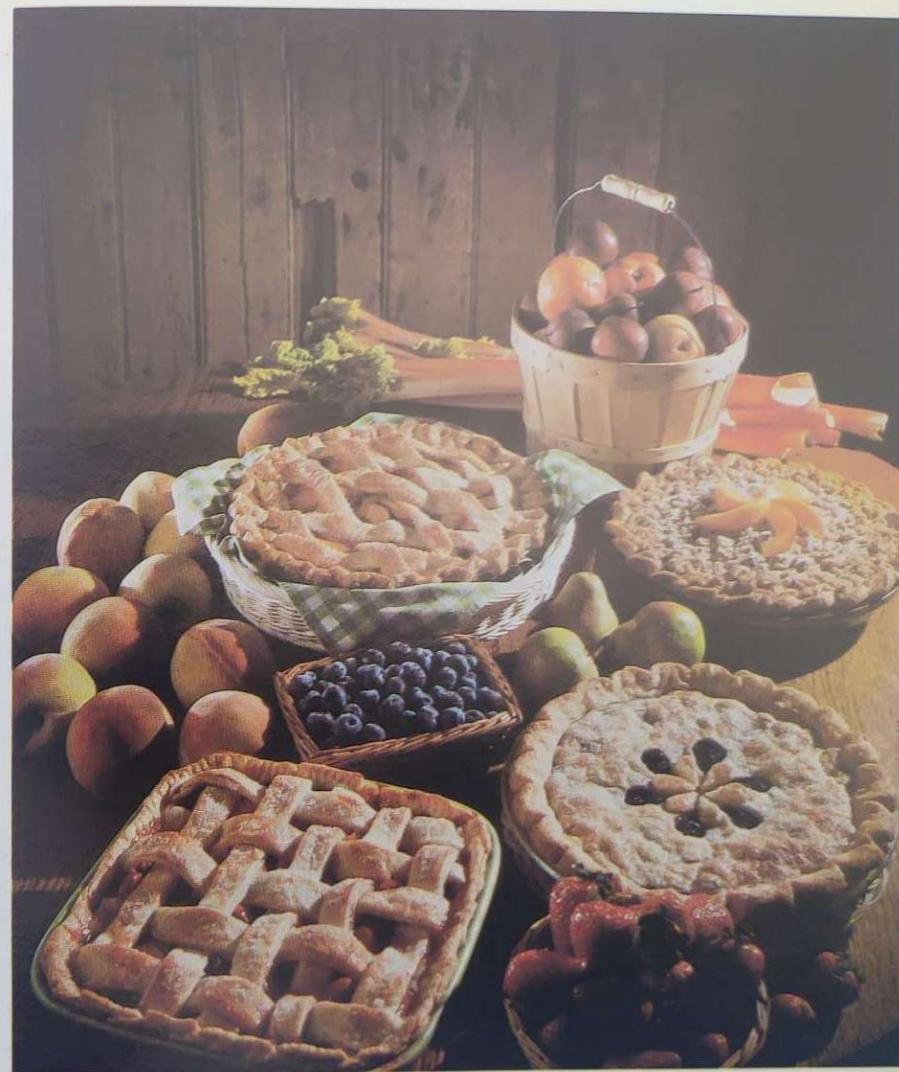
VEČERA: proprženi kruh s paštetom, čaj.

FRANCUSKA PAŠTETA OD PATKE*

PRIPREMITE: 1 patku, 1 dl bijelog vina, 4 žlice konjaka, 10 dag mršave svinjetine, 20 dag masnije svinjetine, 2 jaja, sol, papar, majčinu dušicu, lovor, nekoliko zrna borovnice, mažuran, muškati oraščić, 15 dag suhe slanine, 5 dag lješnjaka; za tijesto: 30 dag brašna, žličicu soli, papar, 8 dag maslaca, 5 dag svinjske masti, 1 žlicu ulja, 1 jaje; žumanjak i malo mlijeka za premazivanje.

*Iz patke odstranite kosti pa meso i jetru stavite marinirati 24 sata u razvodnjeno vino s 2 žlice konjaka i sa začinima. Drugoga dana zamijesite tijesto od svih navedenih sastojaka, dodavajući otprilike 2 dl hladne vode da bude čvrsto, ali ne pregusto. Oblikujte kuglu i stavite je na hladno mjesto da stoji najmanje 4 sata. U međuvremenu pripremite paštetu: nasjeckajte 25 dag pačjeg mesa, mršavu svinjetinu, dodajte samljevenu masnu svinjetinu, jaje, začine i konjak. Preostalo pačje meso narežite na veće kocke. Tijesto razvaljajte da bude 4 mm debelo. Jednu četvrtinu tijesta odvojite, preostalim obložite duguljasti duboki lim dobro namazan maslacem. Sada stavljajte naizmjenično mljeveni nadjev, pačje meso, jetru rezanu na komade, tanke nereske slanine i cijele lješnjake. Na vrhu neka bude red slanine. Ostatom tijesta prekrijte nadjev a rubove spojite i vilicom utisnite. U sredini paštete načinite rupu kroz koju će izlaziti suvišna para. Premažite žumanjkom stučenim s mlijekom. Pecite na srednjoj vatri oko sat i pol**.*

****SAVJET:** to je delikatesa prikladna i za najsvetčanije obroke, ali i za nošenje na izlet jer se može jesti i hladna.



Slika 15

Pite sa svježim voćem nije teško načiniti, a tako su ukusne! Lijevo gore: pita s breskvama (pogledajte 8. VIII), lijevo dolje: pita s jagodama i jabukama (28. V), desno gore: čupava pita s nektarinama (29. VIII) i desno dolje: pita s borovnicama (2. VII).

RUČAK: goveđa juha, makedonsko janjeće pečenje*, pečeni krumpir, mladi luk, doboš-torta (pogledajte 24. III).

VEČERA: torta, mlijeko.

MAKEDONSKO JANJEĆE PEČENJE*

PRIPREMITE: 1 kg mlade janjetine, 1/2 l kiselog mlijeka, 3—4 jaja, 1 režanj češnjaka, dosta zelenog peršina.

*Janjetinu operite, obrišite i pustite da se osuši. Onda je osolite, namažite mašću. Stavite peći u pećnicu. Češće prelijevajte da pečenje bude sočno, a po potrebi podlijevajte vodom. Pazite da sok previše ne potamni. Pečeno meso izvadite, narežite i vratite u lim. Posebno u kiselo mlijeko umutite jaja i osolite ga, dodajte sitno nasjeckani češnjak i peršin, dobro promiješajte i time prelijte meso. Vratite u pećnicu da se zapeče oko 15 minuta**.*

****SAVJET:** ovo makedonsko jelo priprema se zapravo s ovčjim mlijekom. Najljepše ga je pripremiti u zemljanoj posudi ili vatrostalnoj, zatim ga u tome iznesete ravno na stol. Ako pečete u limu, u obzir dolazi samo emajlirani s cijelom ocaklinom.

RUČAK: pečenje, pirjana riža, zelena salata**, švedski sladoled*.
VEČERA: sir i vrhnje.

ŠVEDSKI SLADOLED*

PRIPREMITE: 4 žumanjka, 12 dag šećera u prahu, 6 dl slatkog vrhnja, 8 dag oraha, 5 dag čokolade, 5 dag ukuhanih trešanja i 5 dag drugog voća iz kompota, a ovisno o godišnjem dobu možete staviti svježe voće ili voćnu salatu.

Miješajte žumanjke sa šećerom da biste dobili glatku, pjenušavu smjesu. Orahe i čokoladu grubo sameljite ili naribajte, a voće nasjeckajte. Istucite slatko vrhnje, pa oprezno umiješajte žumanjke sa šećerom, zatim voće, orahe i čokoladu. Metalni kalup isplahnite hladnom vodom, dobro ocijedite, ali ga nemojte brisati. Ulijte mješavinu u kalup i stavite ga u najhladniji dio hladnjaka da se pet sati smrza. Onda stavite da stoji u hladnjaku 15 minuta, pa iskrinite na pladanj i poslužite ukrašeno ukuhanim ili svježim voćem.

****SAVJET:** zelena salata će biti dobra ako se držite nekoliko pravila: kupujte sasvim svježe glavice, bez smeđkastih ili povenulih listova. Salatu treba pažljivo očistiti i to tik prije pripremanja. Ne birajte samo unutrašnje, svijetle listove, jer su oni vanjski, tamniji i zeleniji, još zdraviji. Pažljivo operite list po list i ostavite da se dobro ocijede, kako suvišna voda ne bi razrijedila ocat. Suvišak očišćene, nezačinjene salate stavite u plastičnu vrećicu, pa u hladnjak, ali je nastrojte što prije potrošiti.

RUČAK: miješano varivo, pohani kruh.
VEČERA: pašteta od mesa*, kiseli krastavci.

PAŠTETA OD MESA*

(slika 7)

PRIPREMITE: 50 dag svinjetine, 50 dag teletine, 10 dag masti ili ulja, 10 dag suhe slanine, 2 žemlje, 2 dl mlijeka, sol, papar, 4 žumanjka, 30 dag vrlo tankih odrezaka šunke.

*Pola svinjetine i pola teletine ispecite**, a drugu polovicu upotrijebit ćete sirovu. Narežite žemlje i namočite u mlijeko. Ocijedite žemlje. Dva puta sameljite meso i žemlje, dodajte onih 10 dag narezane slanine, osolite, popaprite i pomiješajte sa žumanjcima. Kalup ili udubljeni lim obložite narescima slanine — režite ih usporedno s kožicom, a najgornji, posoljeni sloj treba odstraniti, jer bi se inače pri pečenju savio. Uspite smjesu, pa i odozgo prekriti slaninom. Posudu s paštetom stavite u dosta veću, napunjenu vodom, pa kuhajte u pari tri sata. Ohlađenu istresite na pladanj.*

****SAVJET:** za paštetu se odlično mogu iskoristiti ostaci jela — u ovom slučaju govedinu iz juhe od 1. V i od pečenke od 2. V. Kad stavljate kuhanu govedinu, povećajte količinu suhe slanine, u smjesu možete dodati i senfa da pojačate okus.

RUČAK: srdele u umaku od rajčica*, kuhani mladi krumpir, salata od paprika.

VEČERA: kruh s namazom od sira, mladi luk.

SRDELE U UMAKU OD RAJČICA*

PRIPREMITE: 1 kg svježih srdela, 1 svežnjić zelenog peršina, 1 žličicu divljeg mažurana (origana), 40 dag svježih rajčica ili 5 žlica tvrdo ukuhanih rajčica, sol, papar, ulje.

*Srdela očistite, dobro operite i osušite**. Ne skidajte im glave. Nauljite lim po dnu i stranicama i poslažite ribe tako da im naizmjenice na jednu stranu gledaju glave i rep. Dobro posolite i popaprite, pospite nasjeckanim zelenim peršinom. Između poslažite oguljene i narezane rajčice, odnosno zalijte malo razrijeđenom ukuhanom rajčicom. Pospite ružmarinom, zalijte uljem i pecite u zagrijanoj pećnici 15 do 20 minuta.*

****SAVJET:** ribe se bolje peku i prže ako su posve suhe. Zato ih uvaljajte u brašno koje će upiti svu vlagu.

RUČAK: kokošja juha sa žličnjacima od krupice i jetre*, francuski krumpir, matovilac.

VEČERA: kokošje meso** s majonezom, zelena salata.

ŽLIČNJACI OD KRUPICE I JETRE*

PRIPREMITE: jednu žlicu masti, jedno jaje, malo soli, papra, sitno narezanog zelenog peršina, sitno nasjeckanu kokošju jetru, 4 žlice krupice (griza).

U veću šalicu ili zdjelicu stavite mast sa krupicom i žličicom dobro izmiješajte. Onda dodajte sve ostale sastojke. Dobro promiješajte i ostavite da stoji barem pola sata i to ne na hladnome. Kad juha provrije, namočite žličicu u juhu, zgrabite žličnjak, spustite ga usred lonca, zgrabite opet i tako dok ne potrošite svu smjesu. Radite to brzo da se prvi žličnjaci ne bi raskuhali dok načinite posljednje.

****SAVJET:** meso stare kokoši će omekšati ako u juhu u kojoj se kuha stavite žlicu rakije. Miris rakije neće se osjećati, nadjačat će ga mirisi mesa i povrća.

RUČAK: mljeveni odresci s vlascem*, riža, salata od paprika.
VEČERA: salata s tunjevinom (pogledajte 17. VIII).

MLJEVENI ODRESCI S VLASCEM*

PRIPREMITE: 1/2 kg mljevenog mesa, 5 dag luka, 2 dl vina, 8 rajčica, jedno jaje, sol, papar, ulje, vezicu vlasca.

*Od mesa, nasjeckanog luka, jaja, soli, i papra načinite odreske i ispržite ih na ulju. Držite ih na toplom. Na preostalo ulje ulijte vino i pustite da zavre. Dodajte oguljene i narezane rajčice i polovicu nasjeckanog vlasca, pa popirajte. Time prelijte odreske i pospite preostalim sirovim vlascem**.*

****SAVJET:** na isti način možete pripremiti i svinjske kotlete samo onda u umak dodajte i češnjaka.

RUČAK: makedonski ćevap (pogledajte 5. VII), šparge na salatu*, torta od oraha i kave (pogledajte 26. II).
VEČERA: torta, mlijeko.

ŠPARGE NA SALATU* (slika 8)

PRIPREMITE: 1,5 kg svježih špargi, sol; umak vinegret: 2 žlice bijelog vinskog octa, 6 žlica ulja, 1 žlicu senfa, sol, bijeli papar, 2 žlice nasjeckanog zelenog peršina.

*Ogulite šparge od vrha prema dolje. To ćete dobro obaviti specijalnim nožem za guljenje krumpira. Kako koju ogulite spustite je u hladnu vodu da ne tamni. Svežite ih u svežnjice bijelim pamukom — otprilike 8 zajedno. Odrežite im donji, tvrdi kraj i ujedno izjednačite duljinu. Spustite ih u kipuću, osoljenu vodu**. Sasvim svježe ubranim špargama dovoljno je 20 minuta kuhanja, a ovisno o starosti to se može oduljiti i na 40 minuta. Neka se ohlade u vodi. Onda ih ocijedite, stavite na pladanj i prelijte umakom vinegret (ne zaboravite ga osoliti!).*

****SAVJET:** šparge će ostati bijele ako ih skuhate u razvodnjenom mlijeku. Isto ćete postići i ako u vodu za kuhanje osim soli dodate žličicu šećera i malo bijelog octa.

RUČAK: podravski paprikaš od želudaca*, rezanci, salata.
VEČERA: salata od krumpira** i matovilca, tvrdo kuhana jaja.

PODRAVSKI PAPRIKAŠ OD ŽELUDACA*

PRIPREMITE: 50 dag pilećih želudaca, 5 dag masti ili ulja, 5 dag luka, 1,5 dag češnjaka, malo mljevene crvene paprike, sol, papar, lovorov list, 1 dl bijelog vina, 2,5 dag brašna, malo naribanog muškarnog oraščića.

Želuce dobro operite, očistite ih od opni, pa ih narežite na listiće. Na masti ispirajte nasjeckani luk, dodajte usitnjeni češnjak, pa želuce i lovorov list. Poklopite i pirjajte. Povremeno miješajte i podlijevajte vinom. Omekšanim želucima dodajte sve začine, popržite ih brašnom i dolijte vodu. Miješajući pričekajte da provri i da se sok zgusne. Poslužite s rezancima.

****SAVJET:** za salatu birajte krumpire podjednake veličine da se istodobno skuha i da ni jednoga sredina ne ostane sirova. Najbolji su krumpiri srednje veličine.

RUČAK: juha, punjeno teleće srce*, salata od rajčica.
VEČERA: omlet sa špinatom.

PUNJENO TELEĆE SRCE*

PRIPREMITE: 1 teleće srce, 2 žemlje, vezicu zelenog peršina, pola litre juhe, jednu svinjsku maramicu, 10 dag maslaca, sol, papar, jedno jaje, suhu slaninu.

*Dobro očistite srce. Žemlje namočite u juhi, ocijedite, dodajte jaja, razmekšani maslac, nasjeckani peršin, sol i papar. Žlicom miješajte i gnječite dok ne dobijete glatku smjesu. Odaberite vatrostalnu ili keramičku posudu, nešto veću od srca, pa dno i stranice najprije obložite tankim odrescima suhe slanine, zatim dobivenom smjesom. Neka ostane otprilike jedna trećina smjese koju stavite u srce. Osolite ga popaprite i zamotajte u svinjsku maramicu. Položite srce u posudu, sve zalijte uljem i stavite u pećnicu da se peče oko 3/4 sata na laganoj vatri. Naizmjenice zalijevajte uljem i juhom**.*

****SAVJET:** srce možete peći i bez maramice. U tom slučaju ga obložite suhom slaninom i dobro omotajte koncem.

RUČAK: varivo od mahuna, popečki od krumpira (pogledajte 3. IV).

VEČERA: đul-pita*, čaj.

ĐUL-PITA*

PRIPREMITE: za tijesto: 1/2 kg brašna, 1 žumanjak, 1 žlicu ulja, malo mlijeka; 13 dag maslaca za prskanje; za kremu: 5 dl mlijeka, 10 dag škrobnog brašna, 3 žlice šećera, šipku vanilije ili omot vanilin-šećera, 25 dag samljevenih oraħa; za sirup: 50 dag šećera, šipku vanilije i sok od pola limuna.

*Zamijesite tijesto za savijaču** od brašna, žumanjka, ulja, malo soli i toliko razvodnjenog mlijeka da dobijete glatko tijesto. Podijelite na tri dijela, 2 poklopite zagrijanom posudom, a trećeg razvucite. Debele krajeve otrgnite i dodajte drugom tijestu. Sva tri lista razvucite i dok se malo suše pripremite kremu: pristavite mlijeko s vanilijom da se grije. Odvojite 3 žlice i pomiješajte sa škrobnim brašnom da biste dobili glatku smjesu koju dodate i u kipuće mlijeko. Zašećerite i kuhajte miješajući da se zgusne. Kore za savijaču poprskajte otopljenim maslacem. U ohlađenu kremu dodajte oraħe, nadjenite tijesto, savijte savijače i narežite na komade dugačke 4 cm. Poslažite ih na zamašteni lim prerezom prema gore, zalijte maslacem i ispecite da porumene. Savijače će se gore razlistati poput ruže. U međuvremenu skuħajte sirup s malo vode i s vanilijom, dodajte limunov sok i time prelijte ispečen kolač. Poslužite hladan.*

****SAVJET:** kupovno tijesto za savijače vrlo je dobro za sve takve kolače, samo ga valja odmah potrošiti (osim ako je dubokosmrznuto) da ne popuca. Navlažite ga ako je suho!

RUČAK: juha od mladih kopriva*, šaran s krumpirom (pogledajte 23. IX), salata.

VEČERA: danska srca (pogledajte 30. V), mlijeko.

JUHA OD MLADE KOPRIVE*

(slika 7)

PRIPREMITE: 75 dag mlade koprive; za zapržak: 4 dag masti, 6 dag brašna, 2 dag luka, 1/2 dag zelenog peršina, 2,5 l juhe (može koncentrat), sol, papar, 1 žumanjak, 1/2 dl mlijeka, 2 žemlje, malo maslaca.

*Dobro očistite koprive, mali dio odvojite, a drugo spustite u kipuću osoljenu vodu. Ocijedite i protisnite (propasirajte). U međuvremenu pripremite zapržak: na masti samo malo propržite nasjeckani luk, dodajte brašno i ispržite. Zalijte juhom, dodajte skuħanu koprivu. Žumanjak pomiješajte sa mlijekom, pa umiješajte u kipuću juhu. Kuhajte još malo da se zgusne. Dodajte staru žemlju narezanu na kockice i isprženu, nasjeckanu sirovu koprivu i peršin**.*

****SAVJET:** po istom receptu može se načiniti juha od špinata ili blitve. Sasvim mlade koprive još su ukusnije od špinata.

RUČAK: bijelo pile (pogledajte 9. IV), makaroni, salata.
VEČERA: omlet** s pilećom jetrom, šparge u umaku*.

ŠPARGE U UMAKU*

PRIPREMITE: 1 kg špargi, 2 dl prvorazrednoga svježeg kiselog vrhnja, sol, papar, 1 dl vinskog octa (bijeloga), 2 tvrdo kuhana jaja.

Šparge pažljivo očistite i skuhajte u osoljenoj vodi. Ocijedite ih. Posebno u zdjelici pomiješajte vrhnje s octom, soli i paprom, pa dobro izradite da biste dobili glatku smjesu. Tvrdo kuhana jaja naribajte. Umakom prelijte mlake šparge, pospite jajima i poslužite.

****SAVJET:** primijetili ste da tavica još ima miris po ribama koje ste na njoj ranije pržili? Ulijte u nju bilo koje oštro alkoholno piće, zagrijte ga i zapalite.

RUČAK: pržene ribe**, salata od krumpira i matovilca.
VEČERA: košarice s ribama*.

KOŠARICE S RIBAMA*

(slika 7)

PRIPREMITE: lisnato tijesto; za nadjev: 2 žlice ulja (po mogućnosti maslinovog), 1 žlicu brašna, 1/4 l mlijeka, 2 žumanjka, 20—30 dag prženog ili kuhanog ribljeg mesa, 2 tvrdo kuhana jaja, zeleni peršin, konzervu račića; 1 bjelanjak za premazivanje, sol, papar.

Lisnato tijesto razvaljajte da bude 3 mm debelo, pa izrežite krugove kalupom promjera 7 cm. Onda kalupom promjera 5 cm izrežite iz polovice krugova sredinu. Sada dobivene prstenove vodom prilijepite na cijele krugove. Poslažite košarice i one manje, izrezane krugove na navlaženi lim, sve premažite stučenim bjelanjkom i ispecite u vrućoj pećnici. Pustite da se ohlade. U međuvremenu načinite zapržak od ulja i brašna, zalijte mlijekom i skuhajte da se zgusne. Dodajte žumanjke i zdrobljeno riblje meso. Maknite s vatre. U ohlađeno dodajte vilicom zdrobljena tvrdo kuhana jaja, osolite, popaprite. Smjesa mora biti gusta. Napunite košarice, poklopite manjim krugom, a dio koji se vidi ukasite račićima.

****SAVJET:** kad pržite ribu, u zagrijanu masnoću stavite malo soli i brašna, pa neće prskati.

RUČAK: svinjetina na primorski način*, „njoki“ (valjušci od krumpirovog tijesta), zelena salata**, zapečena krema (pogledajte 28. III).

VEČERA: salata „Ivančica“ (pogledajte 9. VI).

SVINJETINA NA PRIMORSKI NAČIN*

PRIPREMITE: 1 kg svinjetine, 3 žlice maslinovog ulja, 1 šalicu nasjeckanog luka, 3 mrkve, pola korijena celera, žličicu nasjeckanog češnjaka, sol, papar, malo brašna, 2 dl juhe (može koncentrat), 2 dl bijeloga primorskog vina, 40 dag rajčica, malo ružmarina, 2 lovorova lista, 1/2 kg graška, šalicu sitno narezanog zelenog peršina, 1/2 žličice naribane limunove korice.

Zagrijte ulje i stavite nasjeckani luk, mrkvu i celer. Kad zažuti (za otprilike 10 minuta), uklonite s vatre. Svinjetinu narežite na komade od 2—3 cm, osolite, popaprite. Svaki komad uvaljajte u brašno, ispržite sa svih strana na ulju, pa dodajte grašak i zeleni peršin pa pirjajte da i to omekša. Onda meso izvadite na zagrijani pladanj, u umak dodajte limunovu koricu i pustite da još jednom provrije. Prelijte meso umakom i poslužite.

****SAVJET:** u prekiselu salatu stavite komadić sredine od kruha koji će za nekoliko minuta upiti suvišak tekućine.

RUČAK: juha od mahuna*, okruglice sa sirom.

VEČERA: sendviči s hladnom pečenkom (od nedjelje), mladi luk.

JUHA OD MAHUNA*

PRIPREMITE: 40 dag mahuna, sol, 6 dag masti, 8 dag brašna, 1/2 dag luka, 1/2 dag zelenog peršina, sol, papar, malo octa ili limunovog soka, 1 dag kopra.

*Svježe mahune očistite i spustite u kipuću slanu vodu da se skuha. Veći dio ih protisnite (propasirajte), a manji dio narežite na rezance**. Od masti i brašna načinite svijetli zapržak u kojem ispržite i nasjeckajte luk. Dodajte nasjeckani peršin i kopar, pa mahune, ocat i litru i pol vode. Kuhajte da se zgusne po želji, osolite, popaprite i dodajte one mahune narezane na rezance. Po želji možete dodati malo vrhnja, a i nasjeckane šunke ili ostatke kuhanog ili pečenog mesa.*

****SAVJET:** mahune se lakše režu dok su sirove, ali ipak ih kuhajte narezane jer se iz narezanih u vodu gubi više sokova.

RUČAK: teleći kotleti na grčki način*, prženi krumpirići, salata.
VEČERA: kuhani grašak** sa prženom suhom slaninom.

TELEĆI KOTLETI NA GRČKI NAČIN*

PRIPREMITE: 6 telećih kotleta, sol, papar, 2 žlice guščje masti, 2 žlice sitno nasjeckanog luka, 3 žlice sitno narezane šunke, 25 dag zelenih maslina bez koštica, režanj češnjaka.

Kotlete operite, odstranite im kosti (stavite ih sutradan u juhu od telećih kostiju). Osolite ih, popaprite i ispržite na masti da s obje strane porumene. Zatim dodajte luk i šunku, poklopite i pirjajte na slaboj vodi dolijevajući pomalo vode. Posebno popaprite masline kipućom vodom i ocijedite. U omekšalo meso dodajte masline i češnjak, pa pirjajte još desetak minuta na slaboj vatri.

****SAVJET:** očišćeni grašak operite mlakom, a ne hladnom vodom, jer će od hladnoće otvrdnuti.



Slika 16

Salate od ostataka ukusan su kompletan obrok — o praktičnosti ne treba trošiti riječi... Gornji red lijevo: salata s makaronima (pogledajte 23. XI), gornji red desno: talijanski tanjur (21. VIII), srednji red lijevo: provansalska salata (2. VIII), srednji red u sredini: salata sa slaninom (26. IX), srednji red desno: riblja salata (31. VIII), donji red desno: rižoto-salata (13. VII) i dolje desno: proljetna salata s ribom (12. VI).



Slika 17

Torte i kolači smatraju se često vrhunacem kuhanja u kući, ali taj vrhunac i nije tako teško dostići ako se držite točno uputa u receptima i ne „varate“ mijenjajući sastojke. Gornji red lijevo: torta s prženim bademima (pogledajte 17. XII), gornji red u sredini: pita s ananasima (22. X), gornji red desno: lješnjakova beza-torta (29. XI), srednji red lijevo: torta od banana (3. XII), srednji red desno: torta s ukuhanim breskvama (1. XI), donji red lijevo: kocke od kestjenja (5. XI), donji red desno: torta od kave (2. I).

RUČAK: juha od telećih kostiju**, varivo od kelerabe, moždana na kruhu, vitaminski napitak*.

VEČERA: hrenovke, salata od krumpira i rotkvica.

VITAMINSKI NAPITAK*

PRIPREMITE: za jednu čašu 1/2 dl svježe istisnutog soka od naranče, istu količinu svježe istisnutog soka od mrkve i jabuke.

Pomiješajte sva tri soka, a prema godišnjem dobu dodajte i sokove od drugog svježeg voća i povrća. Po želji možete dodati nekoliko kapi ruma, džina, kirša ili nekog drugog pića, te kockice leda. Odmah poslužite.

****SAVJET:** moždana iz kostiju prava je delicata. Poslužite je na svježe isprženom kruhu. I moždana mora biti vruća, dobro je osolite a možete posuti i vlascom.

RUČAK: goveđa juha, grašak sa šunkom*, višnje.
VEČERA: govedina u hladetini (pogledajte 8. IX), salata.

GRAŠAK SA ŠUNKOM*

PRIPREMITE: 60 dag graška, sol, 1 dag zelenog peršina, 8 dag maslaca ili margarina, 15 dag kuhane šunke, 2 dag brašna, malo juhe.

*Skuhajte grašak u osoljenoj vodi. Zagrijte posebno maslac, bacite na nj nasjeckani zeleni peršin, zatim ocijedeni grašak i nasjeckanu šunku. Malo propržite, pa pospite brašnom. Miješajte dalje da brašno porumeni. Zalijte juhom ili vodom, pa još malo pirjajte. Ako upotrebljavate grašak** iz konzerve, onda ga samo ocijedite i odmah stavite pirjati sa šunkom, bez kuhanja. Neki vole u grašak staviti i malo šećera.*

****SAVJET:** grašak s razlogom zovu biserjem povrća, jer je ukusan svjež u proljeće ili cijele godine duboko smrznut ili iz konzerve. Grašak se uvijek ubire nedozreo, osim ako se za zimu ne sprema suh. Svježi grašak prepoznat ćete po čvrstoj, sjajnoj kori bez točkica. Konzervu prije otvaranja dobro obrišite da prljavština ne ude u sadržaj konzerve.

RUČAK: mozak sa špinatom*, savijača s trešnjama.
VEČERA: omlet sa gljivama (1. IX), jogurt.

MOZAK SA ŠPINATOM*

PRIPREMITE: 2 teleća mozga, 1,5 kg špinata, 4 kriške kruha, sol, papar, muškatni oraščić, majčinu dušicu, jednu glavicu luka, žlicu octa, 15 dag maslaca ili margarina.

*U vodi skuhaite narezani luk i sve začine. Pažljivo očistite mozak, uronite ga u kipuću rasol i kuhajte 10 minuta. Stavite mozak da se cijedi. U međuvremenu očistite špinat, skuhaite ga u osoljenoj vodi, dobro ocijedite i nasjeckajte. Osolite ga, popaprite i dodajte polovicu maslaca. Mozak ispržite na maslacu na preostaloj masnoći ispržite još i kriške kruha. U zdjelu stavite špinat, kriške kruha i na svaku komad prženog mozga**.*

****SAVJET:** u špinat možete dodati češnjaka i vrhnja. Još nešto, umjesto da mozak pržite, jednom ga za promjenu pohajte.

RUČAK: krem-juha od šparga, škampi u umaku*, palenta, zelena salata, voće.

VEČERA: okruglice od sira**.

ŠKAMPI U UMAKU*

PRIPREMITE: 20 dag repova od škampa, 60 dag zrelih rajčica, 1 glavica luka, 1 obilatu žlicu sitno narezanog zelenog peršina, 2 reznja češnjaka, ulje, 1 čašicu konjaka, sol i papar.

Nasjeckajte luk, ispržite ga na 3—4 žlice ulja, dodajte nasjeckani češnjak i peršin. Čim malo zažuti, maknite ga s vatre i dodajte narezane rajčice iz kojih ste povadili sjemenke. Osolite, popaprite i pristavite da kuha 5 minuta na umjerenoj vatri. Ako rajčice ne pušte dovoljno soka, dolijte malo juhe ili tople vode. Dodajte škampe i kuhajte ih u umaku na slaboj vatri desetak minuta. Onda ulijte konjak i pojačajte vatru da još jednom naglo zakipi.

****SAVJET:** bez obzira na to po kojem receptu pripremate okruglice od sira, najvažnije je da prije kuhanja dovoljno vremena stoje kako bi krupica (griz) nabubrila.

RUČAK: krem-juha od graška, zapečeni pilići*, pečeni krumpir, zelena salata, vino**, sladoled od naranača (pogledajte 11. D).

VEČERA: sir i vrhnje.

ZAPEČENI PILIĆI*

(slika 8)

PRIPREMITE: 3 mala pileta (po 50 dag), 1/2 limuna, sol, bijeli papar; za nadjev: 2 žlice maslaca ili margarina, 6 žlica nasjeckanoga zelenog peršina; za pečenje: 2,5 žlice maslaca ili margarina, 2 dl juhe (može koncentrat), 1 dl gustoga kiselog vrhnja; za drugo pečenje: 6 žlica naribanog sira ementalera.

Piliće očistite, operite, obrišite, pa natrljajte limunovim sokom, osolite i popaprite. Maslac za nadjev pomiješajte s peršinom i time iznutra namažite piliće. Stavite ih na lim u kojem ste rastopili maslac ili margarin i pecite dvadesetak minuta u pećnici na 200°. Podlijevajte ih juhom dok se peku, a pod kraj još i vrhnjem. Ispečene piliće prerežite na pola, poslažite ih natrag u lim i obilato pospite sirom. Vratite u pećnicu u kojoj ste pojačali vatru i zapečite ih na 250° da se za desetak minuta sir otopi i dobije zlatnosmeđu boju. Odmah poslužite.

****SAVJET:** bijelo vino poslužite rashlađeno, a crno neka bude sobne temperature. U vino nemojte nikada stavljati kockice leda da ga brže rashladite jer će se led topiti i razvodniti vino.

RUČAK: vrganji na bjelovarski način*, salata.

VEČERA: nabujak od rezanaca (pogledajte 24. IV).

VRGANJI NA BJELOVARSKI NAČIN*

PRIPREMITE: 50 dag vrganja ili nekih drugih gljiva (važite očišćene), 50 dag krumpira, 5 dag masti, 5 dag luka, 2,5 dl kiselog vrhnja, sol.

*Gljive očistite, ako je potrebno i ogulite**. Luk očistite, nasjecajte i ispržite na masti. Gljive narežite na listiće i dodajte luku, pa neko vrijeme pirjajte. Krumpir ogulite, narežite na ploškice i skuhaite u osoljenoj vodi. Ocijedeći krumpir dodajte vrganjima, osolite, zalijte vrhnjem. Pomiješajte i držite na vatri da još malo vrije.*

****SAVJET:** čim ogulite gljive, nakapajte ih limunovim sokom pa neće potamnjati.

RUČAK: juha, francuski krumpir**, salata, jagode.

VEČERA: čaj, kruh, namazi od sira*.

NAMAZI OD SIRA*

PRIPREMITE: po osobi 10—15 dag svježega kravljeg sira, za 1. namaz: sol, vlasac, zeleni peršin, papar; za 2. namaz: svježu papriku nasjeckanu na kockice, malo kečapa, sol, papar; za 3. namaz: malo vrhnja, dosta mljevene crvene paprike, 1—2 režnja češnjaka (usitnjena).

Sve namaze radite po istom principu: sir dobro izmiješajte (najbolje ga je protisnuti), pa dodajte ostale začine. Ako želite hranjiviji namaz dodajte mu izmiješanog maslaca ili margarina, a ako želite žitkiji, dodajte malo vrhnja. U sir, nadalje, možete dodati nasjeckane slane srdele, nasjeckane masline, tvrdo kuhana i zgnječena jaja, senfa, a čak i ciklu protisnuti da postane pire. Sir valja često jesti, pa ga poslužujte na razne načine. Važno je da je sasvim svjež.

****SAVJET:** oguljeni krumpir neće potamnjati nekoliko sati ako ga ostavite u vodi kojoj ste dodali nekoliko žličica mlijeka.

RUČAK: krem-juha od mlade mrkvice, medaljoni s jajima*.

VEČERA: kranjske kobasice sa zelenom salatom**.

MEDALJONI S JAJIMA*

PRIPREMITE: 30 dag mljevenog mesa, sol, papar, češnjak, 5 jaja, 1 kg blitve, ulje.

Očistite blitvu, skuhaite je u osoljenoj vodi. Mljeveno meso osolite, popaprite, dodajte češnjaka, oblikujte pet odrezaka i ispržite ih na ulju. Blitvu ocijedite, stavite je na zagrijani pladanj i začinite uljem. Poslažite na nju odreske. Ispržite jaja na oko. Na svaki odrezak stavite jedno jaje i odmah poslužite.

****SAVJET:** umjesto octom, zelenu salatu zakiselite limunovim sokom! To je zdravije, no neki ne vole taj okus. Možete ga prikriti tako da u salatu dodate sitno nasjeckani češnjak.

RUČAK: varivo od šparge, pečena svinjetina, pečeni krumpir.

VEČERA: sendviči od hladne pečenke, torta od jagoda i ananasa*.

TORTA OD JAGODA I ANANASA*

PRIPREMITE: za tijesto: 4 jaja, 8 žlica šećera, 4 žlice škrobnog brašna, jednu žlicu brašna; za nadjev: 4 dl tučenog slatkog vrhnja, pola žlice šećera u prahu s mirisom vanilije, 2 konzerve ananasa (komadića), jednu litru jagoda, te maslac ili margarin i mrvice za kalup.

*Tucite žumanjke sa šećerom u 4 žlice mlake vode. U pjenastu smjesu umiješajte najprije brašno, a onda snijeg od bjelanjaka. Kalup namažite maslacem i pospite mrvicama, ulijte tijesto i pecite ga otprilike pola sata. Ohlađeno tijesto prerežite vodoravno na 2 lista. Na svaki stavite ananas, zašećerene jagode i slatko vrhnje. Slijepite tortu i ukasite je jagodama**.*

****SAVJET:** iskoristite sezonu jagoda jer traje kratko. Jagode osvježavaju jer sadrže mnogo vode a malo šećera, ali zato su neobično vrijedan izvor vitamina C. Kupujte samo posve zdrave, zrele jagode, pa ih operite pod slabim mlazom vode. Pustite ih da se ocijede, dodajte im nekoliko kapi limunovog soka, što će im pojačati miris.

RUČAK: restani krumpir, miješano varivo od kelerabe, mrkve i graška, kolač od trešanja i žemlji*.

VEČERA: salata od krumpira i matovilca, pržene srdelice.

KOLAČ OD TREŠANJA I ŽEMLJI*

PRIPREMITE: 60 dag trešanja**, 13 dag badema, 13 dag maslaca ili margarina, 13 dag šećera u prahu, malo soli, 15 dag mliječnog peciva, malo mlijeka, 4 jaja, malo ruma ili kirša.

Trešnje operite i očistite od koštica. Miješajte omekšani maslac da postane gladak, dodajte i trešnje. Lim namažite maslacem i pospite brašnom, ulijte tijesto pa pecite na jakoj vatri oko pola sata. Ispečeni kolač poskropite rumom ili kiršom.

****SAVJET:** trešnje nemaju mnogo kalorija a imaju dosta minerala, vitamina i voćnog šećera koji organizam lako asimilira. Dobro djeluju na probavu, osobito ako ih jedete između obroka. No nemojte poslije piti vodu. Odaberite posve zrele, ne prerano ubrane trešnje. Ako su točkaste, to je znak da se već kvare.

RUČAK: lubin u umaku od vina (pogledajte 21. III), blitva s krumpirom, voće.

VEČERA: punjeni krastavci*, naresci.

PUNJENI KRASTAVCI*

PRIPREMITE: 1 dugački krastavac ili 2 manja, ali je važno da su sasvim mladi, 4 režnja češnjaka, 1 žumanjak, 2 dl ulja, sol, mljevenu crvenu papriku.

*Krastavac dobro operite, nemojte ga guliti i narežite na 4—5 podjednkih komada. Postavite ih da stoje uspravno i izdubite. Izdubljeno meso narežite na kockice, osolite i ostavite da stoji. Žumanjku dodajte nasjeckani češnjak i s uljem načinite majonezu. U nju dodajte ocijeđeno meso od krastavaca i time nadjenite udubljene krastavce**. Pospite crvenom paprikom.*

****SAVJET:** ovako priredene krastavce možete u svečanim zgodama poslužiti kao predjelo. U tom slučaju svaki krastavac stavite na kolut zrele rajčice, ukasite majonezom, a na vrh stavite maslinu. U smjesu možete dodati samljevene ostatke pečenke ili kobasice.

RUČAK: pečeno pile, pečeni mladi krumpir, šparoge na salatu (pogledajte 7. V), pita s jagodama i jabukama*.

VEČERA: ruska salata s ostacima piletine**, jogurt.

PITA S JAGODAMA I JABUKAMA*

(slika 15)

PRIPREMITE: za tijesto: 21 dag brašna, 13 dag maslaca ili margarina, 9 dag šećera, 1 žumanjak; maslac i brašno za kalup; za nadjev: 50 dag jabuka, 1/2 l jagoda, 30 dag šećera, 15 dag mrvica, cimet; bjelanjak za mazanje tijesta.

Maslac izmrvite s brašnom, dodajte šećer i žumanjak, pa zamijesite tijesto. Tri četvrtine razvaljajte i time pokrijte stranice i dno namštenog i pobrašnenog kalupa. Stavite da se dopola ispeče u pećnici. Jabuke operite i naribajte, neka puste sok. Jabuke očistite, operite i dobro ocijedite. Jagode ocijedite, pomiješajte sa šećerom. U dopola ispečeno tijesto stavite mrvicu, na to jabuke, koje pospite cimetom, pa jagode, koje također pošećerite. Od preostalog tijesta načinite rezance koje ukrasno složite preko voća. Namažite bjelanjkom. Pitu vratite u pećnicu i pecite još 20—30 minuta.

****SAVJET:** kad kod kuće pripremate majonezu dodajte joj malo slatkog vrhnja (prirodno, nezašećerenog!) pa će biti laganija. Zakiselite limunom!

RUČAK: hobotnica na saur*, blitva lešo s krumpirom.

VEČERA: krem-juha s hrenovkama (pogledajte 24. VIII).

HOBOTNICA NA SAUR*

PRIPREMITE: hobotnicu tešku 2 kg, 10 dag ulja (miješano suncokretovo i maslinovo), 1 litru domaćeg vinskog octa (kvasine), 2 dag češnjaka, 3 dag ružmarinovog lišća, sol, papar.

*Hobotnici izvadite nečisti dio, dobro je istucite na tvrdoj podlozi da omekša. Operite je (najbolje u morskoj vodi), pristavite u slanu vodu i kuhajte da omekša. Posebno pripremite saur (umak): na ulju sasvim malo zažutite narezani češnjak, dodajte ružmarin i papar, pa zalijte octom razrijeđenim s 2 l vode. Neka kuha 5—10 minuta. U hladni saur stavite ohlađenu hobotnicu. Neka stoji 2—3 dana u sauru** prije posluživanja.*

****SAVJET:** tako se na cijelom obalnom području Dalmacije i na otocima priprema ne samo hobotnica već i ugor, lignje, girice, skuše i garuni, jer je to jedan od načina spremanja (konzerviranja) ribe.

RUČAK: popečki od kelja i suhe slanine, salata od krumpira**.
VEČERA: sir i vrhnje, danska srca*.

DANSKA SRCA*

(slika 2)

PRIPREMITE: 2,5 dl brašna, 3 žlice šećera, 1 žumanjak, 10 dag maslaca ili margarina; za nadjev: 1 jaje, 1 žlicu brašna, 3/4 žlice škrobnog brašna, 2 dl slatkog vrhnja, 1 omot vanilin-šećera; za ukras šećer u prahu i jagode.

Zamijesite tijesto od svih sastojaka i stavite ga na hladno da se stvrdne. U međuvremenu pripremite kremu: skuhaite na pari sve sastojke (osim vanilin-šećera) da biste dobili vrlo gustu smjesu, prespite je u hladnu zdjelu, dodajte vanilin-šećer i miješajte dok se ohladi. U kalupice u obliku srca stavite najprije razvaljano i izrezano tijesto, zatim kremu. Kalupice prethodno namažite margarinom i pospite brašnom. Poslažite ih na lim i stavite u zagrijanu pećnicu pa pecite oko 20 minuta na 200°. Izvrnite kolače da tijesto dođe gore i pustite da se dobro ohlade. Prije posluživanja pošećerite i ukrasite jagodama.

****SAVJET:** salata od krumpira dobit će nov okus ako je umjesto octom zakiselite kiselkastim bijelim vinom, a uz to joj dodate i nasjeckanog vlasca.

RUČAK: zapečeni zubatac*, kuhani krumpir, salata.
VEČERA: palačinke sa sirom.

ZAPEČENI ZUBATAC*

PRIPREMITE: jednog zubaca teškog otprilike 1,40 kg, bijelo vino, malo maslaca, pola kg rajčice, 1 glavicu luka, 1 veliku svježu papriku, sol, papar, maslinovo ulje, 2 listića lovora, 1 rezanj češnjaka, zeleni peršin.

*Najprije pripremite umak: na ulju i ispržite sitno nasjeckani luk, zatim oguljene, usitnjene rajčice i paprike. Sve mora biti sitno narezano, možete čak samljeti i strojem. Poklopite i pirjajte da postane nalik na pire. U međuvremenu očistite ribu. Operite je i obrišite. Iznutra je osolite i popaprite. U plitkoj posudi zagrijte maslac, naglo ispržite ribu s jedne i s druge strane, zalijte vinom kojem ste dodali jednaku količinu vode pa pirjajte na slaboj vatri 30—35 minuta. Uz ribu neka se pirjaju lovor i češnjak. Omekšanu ribu premjestite u drugu vatrostalnu posudu i prelijte umakom koji po potrebi razrijedite vodom u kojoj se kuhala riba. Zapečite u prethodno zagrijanoj pećnici 5 do 6 minuta. Pospite nasjeckanim zelenim peršinom**.*

****SAVJET:** ako peršin meljete u spravi za mljevenje, dodajte mu prethodno malo fine soli pa neće iskakati dok meljete.

RUČAK: povrće punjeno na talijanski način (pogledajte 13. IX), salata.

VEČERA: jaja sa šunkom, krumpir salata s vlascem*.

KRUMPIR SALATA S VLASCEM*

(slika 20)

PRIPREMITE: 1 kg mladih krumpira**, 2 dl majoneze, limunov sok, 2 vezice vlasca, sol, papar.

Pažljivo operite krumpire. Spustite ih u kipuću osoljenu vodu i skuhajte da omekšaju. Ogulite ih i narežite. Odmah nakapajte limunovim sokom, onda dodajte majonezu i nasjeckani vlasac. Provjerite koliko još treba soli i papra, jer je majoneza začinjena.

****SAVJET:** mladi krumpir se uvijek spusti u kipuću vodu, jer bi kuhanjem tako da se stavi u hladnu postao previše voden. Stari krumpir se pristavi u hladnu slanu vodu da škrob polako nabubri. Za salatu je bolji slatinast krumpir, a za tijesta brašnast.

RUČAK: svinjsko pečenje Colbert (pogledajte 2. IV), kuhani krumpir, salata.

VEČERA: burek, jagode Romanoff*.

JAGODE ROMANOFF*

(slika 20)

PRIPREMITE: 1 kg jagoda, 1 naranču, 4—5 žlice šećera, 1—2 žlice ruma.

*Dobro operite naranču i s polovice naribajte koricu. Odaberite samo prvorazredne jagode, očistite ih i operite. Pustite da se osuše. Onda im dodajte koricu i sok od naranče, šećer i rum. Stavite u hladnjak da se dobro ohlade. Uz njih možete poslužiti tučeno slatko vrhnje**.*

****SAVJET:** za izlete će vam odlično poslužiti vrlo hladna jela koje možete načiniti unaprijed. Za prijenos su najbolje široke termos-posude, dok u termos-bocama možete nositi bilo vrući čaj ili kavu bilo ledena pića. Ako prisutni vole različita pića, u termos-boci nosite ili kipuću vodu ili ledenu, pa pripremajte razne čajeve, voćne sokove od sirupa ili instant-kavu: U termos-posudi možete ponijeti toplu juhu ili drugo toplo jelo. Jednako dobro će se u toj posudi zadržati i hladnoća, što će odgovarati raznim sirevima, maslacu, salatama s majonezom (koja se neće razdvajati), kao i kockicama leda za piće.

RUČAK: kokošja juha, keleraba punjena špinatom*, frape s jagodama (pogledajte 7. VI).

VEČERA: ruska salata s mesom iz juhe.

KELERABA PUNJENA ŠPINATOM*

PRIPREMITE: 8 keleraba srednje veličine, 40 dag mljevenog mesa, 40 dag špinata, 5 dag ribanog sira, jedno jaje, 2 režnja češnjaka, sol, papar, ulje.

*Dobro očistite i operite špinat. Prokuhajte ga u kipućoj osoljenoj vodi, ocijedite i nasjeckajte. Kelerabice ogulite i dopola skuhaite u osoljenoj vodi**. Izdubite ih. Izvađeni dio usitnite i pomiješajte sa samljevenim mesom. Umiješajte jaje i sitno nasjeckani češnjak, osolite i popaprite. Tim nadjevom napunite kelerabe do tri četvrtine, a do vrha stavite špinat. Poslažite kelerabe na nauljeni lim, pospite naribanim sirom i ispecite u pećnici.*

1 2 0

****SAVJET:** koliko ćete kuhati kelerabice ovisi o tome jesu li mlade ili nisu. Sasvim mlade kelerabice možete ostaviti neoguljene (samo ih dobro operite) da se kod kuhanja i pečenja ne bi raspale.

RUČAK: lovački kruh*, rotkvice, razne salate, kolač od trešanja i žemlji (pogledajte 26. V).

VEČERA: omlet sa sirom, sladoled.

LOVAČKI KRUH*

(slika 20)

PRIPREMITE: 3 manja kruha za sendviče ili jedan veliki, okrugli; za nadjev: 3/4 kg ostatka pečenja (od petka), 15 dag suhe slanine, 10 dag šunke, 5 dag sušenoga goveđeg jezika, 1 jaje, 3 kisela krastavca, sol, 6 dag maslaca.

*Ostatke pečenja i slaninu sameljite, pomiješajte sa sitno narezanim jezikom, šunkom, tvrdo kuhanim jajetom i kiselim krastavcem. Posebno dobro izradite maslac, pa dodajte u smjesu. Provjerite treba li soli ili papra, a po želji možete dodati i senfa ili druge sastojke. Kruh izdubite i napunite tom smjesom. Držite na hladnom mjestu nekoliko sati, na izlet ponesite narezan i zamotan u aluminijsku foliju**.*

****SAVJET:** lovački (izletnički) kruh možete napuniti i drugim nadjevima, kao što je npr. od sardina: 6 sardelica se protisne (propasira) i pomiješa s 42 dag margarina, pa se dodaju na kockice narezana 3 krastavca, 3 dag suhoga goveđeg jezika, 30 dag šunke i 20 dag tvrdoga sira. Dobar je i nadjev od teleće jetre: 1 kg jetre se ispeče na masti i samelje, doda se 10 dag maslaca, 2 žumanjka, sol i papar. Sva tri nadjeva mogu služiti i kao namaz za sendviče.

RUČAK: raža s umakom*, zelena salata.
VEČERA: drobljenac, mlijeko.

RAŽA S UMAKOM*

PRIPREMITE: 1 kg raže**, 1,5 kg krumpira, 1 mrkvu, 1 korijen od peršina i celera, sol, papar, lovor, majčinu dušicu, maslinovo ulje, 3 žlice ukuhane rajčice, žličicu mrvica, vezicu zelenog peršina.

Potopite ražu u hladnoj vodi. Posebno pristavite u litru vode očišćenu mrkvu, peršin i celer, posolite, popaprite i dodajte druge začinske trave. Riba neka u vodi stoji pola sata, zatim je spustite u kipuću marinadu i kuhajte 20-ak minuta. U međuvremenu ogulite krumpir i skuhaite ga u pari ili osoljenoj vodi. Skuhanoj raži ogulite kožu, stavite je na zagrijan pladanj i okružite kuhanim krumpirima. Na zagrijano ulje stavite rajčicu da se malo proprži (ako je vrlo gusta, malo je razrijedite), dodajte mrvice i nasjeckani zeleni peršin, pa time prelijte ribu i krumpir.

****SAVJET:** raža je vrlo hranjiva i zdrava riba bogata vitaminima A i D. Obično je velika pa se prodaje u komadima.

... ...

RUČAK: mrkvice s jajima*, voće.
VEČERA: pljeskavica u foliji (pogledajte 3. IX), salata.

MRKVICE S JAJIMA*

PRIPREMITE: 1 kg mladih mrkvice**, 1 kocku juhe, 3 odreska mesnog doručka ili neke druge kobasice, 3 jaja, zeleni peršin, vlasac, sol, papar, ulje.

Očišćene mrkvice narežite na tanke kolutove i pirjajte na ulju. Osolite, popaprite, dodajte nasjeckani zeleni peršin i vlasac. Posebno ispržite narezani mesni doručak, a posebno ispecite jaja na oko. Na zagrijani pladanj, ili ravno na zagrijane tanjure, stavite mrkvicu, na nju meso, na meso jaja. Količinu odrezaka i jaja prilagodite broju ukućana.

****SAVJET:** mrkva je jedan od najvažnijih izvora provitamina A koji se u našem organizmu pretvara u važan vitamin A. Neobično je djelotvorno oružje protiv svih nezgoda koja prate rast, pa mrkva mora uvijek biti u dječjem jelovniku. Vitamin A je odličan i protiv anemije, bolesti jetri, probavnih smetnji i bolesti kože a povoljno djeluje na oči. Mrkvu treba što češće jesti sirovu ili iz nje istisnuti sok.

RUČAK: odresci od jetre u papru (pogledajte 25. IV), mladi krumpir sa zelenim peršinom, trešnje.

VEČERA: kajgana s lukom**, rotkvice, frape s jagodama*.

FRAPE S JAGODAMA*

(slika 12)

PRIPREMITE: 1 litru jagoda, šećera u prahu po ukusu, 4—5 dl hladnoga mlijeka, 1/2 l sladoleda od vanilije.

Jagode očistite, operite, pa odaberite nekoliko najljepših za ukras. Stavite ih u uspravni mikser sa šećerom i malo mlijeka. Dobit ćete gustu mješavinu kojoj pomalo ulijte preostalo mlijeko. Miješajte da dobijete gustu, pjenušavu tekućinu. Provjerite treba li još šećera. Razlijte u ohlađene čaše, pa svakoju na vrh dodajte sladoleda i jagode.

****SAVJET:** suvišak narezanog luka zamotajte u plastičnu ili aluminijsku foliju, pa će ostati svjež do drugoga dana.

RUČAK: krem-juha od graška, mljeveni odresci s rajčicama*, pire od krumpira.

VEČERA: mozak s jajima, salata.

MLJEVENI ODRESCI S RAJČICAMA*

PRIPREMITE: 1/2 kg mljevenog mesa, 1 veliku glavicu luka, 1 žlicu ukuhanе rajčice, sol, papar, 5 dag suhe slaninе, ulje, brašno, 2 velike zrele rajčice, 1 jaje.

*Mljeveno meso pomiješajte s ukuhanom rajčicom, nasjeckanim i isprženim lukom, osolite, popaprite. Oblikujte male odreske i uvaljajte ih u brašno. Na ulju propržite na kockice narezanu suhu slaninu i na tome ispržite odreske**. Poslažite ih na zagrijani pladanj, a na svaki stavite plošku svježe rajčice.*

****SAVJET:** mljevenim odrescima dat ćete novi okus dodavajući ukuhanu rajčicu i pržeći ih na suhoj slanini. Ako je tavnica malena pa ne možete odjednom peći više odrezaka, nemojte staviti odmah svu slaninu jer će zagorjeti, već je mijenjajte.

RUČAK: orijentalna piletina na roštilju (pogledajte 16. IX), salata od ribane mrkve.

VEČERA: salata „Ivančica“*, puding**.

SALATA „IVANČICA“*

PRIPREMITE: 1 kg krumpira, 5 žlica octa; sol, 3 žlice ulja, 1 glavica luka, 1 dl juhe, 5 žlica majoneze, 5 rajčica, 5 paprika, senf, 3 tvrdo kuhana jaja.

Krumpir skuhaite, ogulite i još vruć narežite, pa prelijte najprije juhom, zatim uljem i octom. Osolite, popaprite, pokrijte i ostavite sat-dva da se dobro ohladi. Onda dodajte sasvim sitno isjeckan luk i majonezu, promiješajte i stavite u okruglu posudu. Posebno u zdjelici pomiješajte 2 žlice octa sa žličicom senfa i malo ulja, te malo osolite. Rajčice i paprike operite, očistite i narežite kao za salatu. Najprije na krumpir poslažite u sredinu rajčice u krug, začinite mješavinom octa, njima u sredinu stavite paprike pa i njih začinite. Tvrdo kuhana jaja razrežite na 4 dijela po dužini. Bjelanjke poslažite u sredini salate u krug kao latice ivančice, a žgnječene žumanjke stavite u sredinu.

****SAVJET:** kupovnom pudingom dat ćete novi okus ako mu dodate dobro oprane groždice i ukasite ga svježim voćem.

RUČAK: teleća koljenica s povrćem (pogledajte 5. VIII), voćna salata sa sladoledom*.

VEČERA: čevapčići, pečene rajčice s ružmarinom (pogledajte 9. IX).

VOĆNA SALATA SA SLADOLEDOM*

(slika 12)

PRIPREMITE: voće po ukusu i ovisno o godišnjem dobu, limun**, šećer u prahu, po volji malo alkohola (rum, konjak, kirš i sl.), razne vrste sladoleda.

Sve voće očistite, narežite na kockice, pošeerite i nakapajte limunovim sokom. Stavite u hladnjak. Prije posluživanja provjerite je li voćna salata po vašem ukusu, dodajte alkoholno piće (ako želite) i rasporedite po zdjelicama. Na salatu stavite sladoled.

****SAVJET:** jače kiseli limun prepoznat ćete po tome što ima veće pore i jake je žute boje.

RUČAK: odresci od tunjevine s paprom*, kuhani mladi krumpir, salata, savijača od trešanja i višanja.

VEČERA: sendviči, frape od malina (pogledajte 20. VII).

ODRESCI OD TUNJEVINE S PAPROM*

PRIPREMITE: 4 odreska svježe tunjevine, 2 žličice papra u zrnju, 4 dl kvalitetnog bijelog vina, sol, zeleni peršin, 5 dag maslaca, 1 dl vrhnja, limun.

*Papar samo stucite da oстане u većim komadićima. Odreske tunjevine stavite pržiti na maslac, posolite ih i pospite paprom. Kada dobiju boju s obje strane, zalijte ih bijelim vinom. Poklopite i pirjajte na laganoj vatri. Omekšano meso stavite na zagrijani pladanj, sok od pirjanja još malo prokuhajte da se zgusne pa mu dodajte vrhnje. Prelijte time tunjevinu. Pospite nasjeckanim zelenim peršinom i poslužite s kriškama da svatko zakiseli prema ukusu**.*

****SAVJET:** to jelo možete poslužiti i kao predjelo u svečanim zgodama, ali tada bez priloga. Uza nj točite istu vrstu vina kojom ste zalijevali ribu.

RUČAK: juha od mlade koprive (pogledajte 11. V), prepečeni kruh sa češnjakom (pogledajte 3. I), pečene paprike, jaja na oko.

VEČERA: proljetna salata s ribom*.

PROLJETNA SALATA S RIBOM*

(slika 16)

PRIPREMITE: ostaci tunjevine (od nedjelje), nekoliko mladih krumpira, 3—4 rajčice, vezicu rotkvica, mlade izboje zelenog celera; za začín: majoneza ili ocat i ulje, peršin i vlasac.

*Krumpire ogulite i skuhaite u slanoj vodi. Veće narežite, manje ostavite cijele. Rajčice operite i narežite. Celer samo operite. Ribu očistite od umaka (ako je ostala u umaku). Nasjeckajte peršin i vlasac. Uz to po ukusu možete poslužiti majonezu kojoj ste dodali dosta limuna da bude oštra ili ocat** i ulje. Sve sastojke osolite. Pospite nasjeckanim peršinom i vlascom.*

****SAVJET:** svaka salata imat će bolji okus ako ocat malo zagrijete (nikako ne ulje!). To vrijedi i za majonezu: žumanjci se neće dijeliti od ulja ako najprije njih same pomiješate s malo senfa i sa žličicom toplog octa, a tek onda počnite kapati ulje.

RUČAK: svinjetina sa senfom*, rizi-bizi, salata od kupusa.

VEČERA: omlet s krumpirom, jogurt.

SVINJETINA SA SENFOM*

PRIPREMITE: 1/2 kg svinjetine, ulje, 1 dl mlijeka, sol, papar, 2 žlice vrhnja, senf**.

Svinjetinu operite, obrišite, dobro namažite senfom. Smjestite u nauljeni lim i stavite u zagrijanu pećnicu da na jakom plamenu dobije boju. Kada korica postane smeđasta, prelijte pečenje mlijekom i dalje pecite na slaboj vatri. Poslije 20 minuta pečenku osolite i popaprite. Pecite još 15 minuta, po potrebi dolijevajte vode. Ispečeno meso izvadite, narežite i poslažite na zagrijani pladanj, u sok dodajte vrhnje i prelijte preko mesa.

****SAVJET:** kod nas postoji velik izbor različitih vrsta senfova, pa izaberite takav miris i okus kojeg posebno volite. U obzir svakako dolazi oštar senf.

RUČAK: pile sa češnjakom*, kuhano povrće.

VEČERA: pohani sir, salata.

PILE SA ČEŠNJAKOM*

PRIPREMITE: 1 lijepo pile**, 25 dag kruha (samo mekani dio), 15-ak režnjeva češnjaka, ulje, zeleni peršin, sol, papar.

Zdrobite kruh u mrvice, dodajte oguljeni i sitno nasjeckani češnjak te mnogo nasjeckanog zelenog peršina — nadjev mora biti zelenkast. Dodajte usitnjeni želudac, jetru i drugu ponutricu, te toliko ulja da dobijete glatku smjesu. Napunite pile, otvor sašijte bijelim koncem, smjestite pile u lim, zalijte ga uljem i stavite u pećnicu. Kad mu koža postane boje zlata, osolite ga izvana, smanjite vatru i dalje pecite zalijevajući sokom (dodavajte vodu). Pile poslužite cijelo, samo odstranite konce.

****SAVJET:** za nadjevanje uvijek odaberite veće pile. Nadjev stavljaite malo po malo tako da dobro napunite sve šupljine, ali nemojte previše nabijati kako pile ne bi izgubilo oblik. Ako je nadjeva previše, možete ga staviti piletu i pod kožu.

RUČAK: juha od mahuna (pogledajte 15. V), pohane tikvice, salata od krumpira**.

VEČERA: pita od trešanja*, mlijeko.

PITA OD TREŠANJA*

PRIPREMITE: za prhko tijesto: 14 dag brašna, 9 dag maslaca, 6 dag šećera, 1 žumanjak; brašno i maslac za lim, 1/4 kg crnih trešanja; za preljev: 28 dag šećera, 6 jaja, 15 dag bijelih mrvica (po mogućnosti od biskvita ili keksa), 2 dag šećera u prahu za posipanje.

Za tijesto izmrvite maslac s brašnom, dodajte šećer i žumanjke, pa brzo zamijesite tijesto. Lim namažite maslacem i pospite brašnom, pa u nj utisnite tijesto i ispecite ga. Na svijetlopečeno tijesto gusto poslažite trešnje. Za preljev dobro izmiješajte žumanjke sa šećerom, dodajte mrvice i tvrdi snijeg od bjelanjaka. Time prelijte trešnje i vratite u pećnicu. Pecite na slaboj vatri da se i gornji sloj ispeče. Kad se kolač ohladi, pospite ga šećerom.

****SAVJET:** previše oguljenog krumpira? Zamotajte svaki u aluminijsku foliju dok je još topao, pa će se održati do drugoga dana. Ipak je bolje trošiti svježe skuhan krumpir!

RUČAK: ujušak od pileće sitneži, sataras (pogledajte 1. VIII), rezanci.

VEČERA: hrenovke**, bola s krastavcima*.

BOLA S KRASTAVCIMA*

(slika 9)

PRIPREMITE: 1/2 krastavca, 3 dl narančinog soka, 2 dl limunovog soka, 1 veliku bocu bitter lemona ili bijelog vina, šećer po ukusu, kockice leda.

Krastavac operite i naribajte da dobijete što tanje krugove. Stavite ih u dobro ohlađen vrč, dodajte sve druge, također dobro rashlađene sastojke. Ovisno o tome želite li alkoholni ili bezalkoholni napitak staviti ćete bitter lemon ili vino. Zašećerite po ukusu i dodajte kockice leda. Odmah poslužite.

****SAVJET:** hrenovke se neće raskuhati ako ih ovako pripremite: stavite ih u lončić, prelijte kipućom vodom i pustite stajati sedam minuta na najslabijoj vatri (voda ne smije vreći).

RUČAK: svinjetina na pariški način*, pomfrit, salata, borovnice sa šećerom.

VEČERA: sendviči, bola od bresaka (pogledajte 15. VIII).

SVINJETINA NA PARIŠKI NAČIN*

PRIPREMITE: 2 kg svinjskoga karea, 1/2 čašice konjaka, miješane začinske trave (majčinu dušicu, zdrobljeni lovor, kozalac i drugo), ulje i maslac za pečenje; za umak Robert: 1 dl juhe (može koncentrat), 3 dag maslaca, 1 luk, 1 žlicu brašna, 1 dl bijelog, suhog vina, 1 žličicu senfa, sol, papar, 1 žličicu vinskog octa (ili više — po ukusu), 1 žličicu gusto ukuhane rajčice.

*Kare operite, obrišite, navlažite konjakom i utrljajte usitnjene začinske trave. Neka stoji barem pola sata, onda u limu zagrijte maslac i ulje, popržite pečenku sa svih strana i pustite da se u pećnici dalje peče na srednje jakoj vatri. Povremeno podlijevajte vodom. U međuvremenu načinite umak Robert** tako da očistite luk i što sitnije ga nasjeckate. Zažutite ga na maslacu, popražite brašnom i dalje miješajte. Potamnjeni zapržak zalijte vinom i juhom pa pustite da se pirja petnaestak minuta. Prije posluživanja umiješajte senf, ocat i rajčicu, osolite, popaprite i pustite da još jednom provrije. Umakom prelijte narezanu ispečenu svinjetinu.*

****SAVJET:** ovaj umak može odlično poslužiti da se u njem podgriju narezani ostaci pečenke — svinjske, pureće ili gušćje.



Slika 18

Špagete možete poslužiti s različitim umacima — jednom zadivite goste takvim izborom umaka! Pružaju privlačnu sliku, a svaki gost može kušati od svakog umaka pomalo. Gore sasvim lijevo: kiselo-slatki umak (pogledajte 19. IX), sasvim gore desno: zeleni umak (9. X), desno u sredini: sici-lijanski umak (23. VIII), sasvim desno: talijanski umak od rajčica (30. VIII) i sasvim naprijed: milanski umak od oraha (18. XII).

RUČAK: miješani ražnjići*, razne salate, kolač sa džemom (pogledajte 7. II).

VEČERA: sir i vrhnje.

MIJEŠANI RAŽNJIĆI S PILETINOM*

PRIPREMITE: 2 bijela mesa od pileta, 8 malih glavica luka, 6 odrezaka suhe slanine, 15 dag tvrdog sira, 1 veliku svježu papriku, sol, papar, ulje.

*Piletinu odvojite s kosti i narežite na kocke. Tako narežite i sir, pa svaku kocku omotajte odreskom suhe slanine: Lučice ogulite, a oprane paprike narežite na komadiće. Na ražnjiće nabadajte naizmjenice piletinu, sir, luk, papriku itd. Ražnjiće nauljite i pustite da se ocijede, da ulje ne bi kapalo po žeravici. Pecite na slaboj žeravici po 7 minuta sa svake strane. S vremena na vrijeme premazujte s malo ulja**.*

****SAVJET:** ako ražnjiće pržite kod kuće, poslužite ih na kuhanoj riži, a možete ih preliti nekim pikantnim umakom.

RUČAK: sarmice od kelja*, pire od krumpira, voće.

VEČERA: domaći rezanci** s lukom, jogurt.

SARMICE OD KELJA*

PRIPREMITE: 60 dag kelja, 40 dag ostatka od pečenja ili 20 dag svježe svinjetine i 10 dag suhe slanine, mast, 3 glavice luka, zeleni peršin, 1 jaje, sol, papar, 1/4 litre juhe (može koncentrat).

Kelj očistite, odvojite listove i prokuhajte ih u slanoj vodi da omekšaju. Sameljite meso. Ako je sirovo, malo ga propirajte na luku. Mesu dodajte jaje, nasjeckani proprženi luk, nasjeckanu slaninu i peršin, te sol i papar. Odvojite listove koliko vam treba za sarmice, preostale dobro ocijedite, nasjeckajte i dodajte u nadjev. Stavite ga na listove kelja i oblikujte sarmice. Poslažite ih u nauljenu posudu dosta gusto, da se ne bi raspale. Pirjajte oko jedan sat, zalijevajući juhom.

****SAVJET:** ako sami mijesite tjesteninu, lakše ćete je razvaljati i razvlačiti ako tijestu dodate žličicu ulja.

RUČAK: gusta juha od povrća, paprike s jajima*, riža.

VEČERA: kranjske kobasice, salata od krastavaca**.

PAPRIKE S JAJIMA*

PRIPREMITE: koliko paprika, toliko jaja, sol, papar, ulje.

Operite i očistite paprike pa ih ispecite na ulju. Pazite da ih ne prepečete. Ohlađene ogulite i ponovo zagrijte na ulju. Stavite na zagrijani pladanj, posebno ispecite jaja na oko i poslažite ih na paprike. Osolite, popaprite.

****SAVJET:** kad gulite krastavce, provjerite svaki da slučajno nije gorkast. Tu se može pomoći: krastavac neće biti gorak ako ga oguljenog potopite u zaslađeno mlijeko.

RUČAK: juha od kopra, medaljoni s jajima (pogledajte 24. V).
VEČERA: palačinke sa šećerom i limunovim sokom, napitak od jagoda*.

NAPITAK OD JAGODA*

(slika 9)

PRIPREMITE: 1 litru jagoda, 1 dl šećera u prahu**, 1 limun, bijelo vino ili pjenušac, ledene kockice.

Jagode očistite, operite, ocijedite, stavite u posudu i pošećerite, pa nakapajte limunovim sokom. Neka stoje dva sata na hladnome. Onda ih podijelite u čaše, prelijte vinom i dodajte kockice leda.

****SAVJET:** ako vam je ponestalo šećera u prahu, običan šećer sameljite u dobro očišćenom mlincu za kavu (pazite radi mirisa), u mikseru koji služi za pravljenje mrvica ili u uspravnom mikseru (s čašom).

RUČAK: pileći paprikaš sa žličnjacima, salata od rajčice.
VEČERA: salata s graškom i jajima*.

SALATA S GRAŠKOM I JAJIMA*

PRIPREMITE: 35 dag zelene salate, 25 dag mladog graška (važite ga oguljenog!), 6 jaja, ocat, ulje, sol.

*Jaja skuhaite tvrdo. Posebno skuhaite grašak**. Zelenu salatu očistite, operite i narežite na široke rezance. Dodajte joj skuhani, ocijeđeni i ohlađeni grašak. Osolite, začinite uljem i octom. Stavite u zdjelu. Ogulite tvrdo kuhana jaja, narežite ih i poslažite po salati.*

****SAVJET:** grašak nije jako hranjiv, a bogat je vitaminima. Sadrži dosta šećera, pa se ne preporuča šećerašima. Birajte grašak kojem je ljuska tvrda, čvrsta i sjajna. Prevelika zrna mogu biti tvrda i teže probavljiva. O veličini zrna ovisi vrijeme kuhanja. Ipak, nemojte grašak predugo kuhati, jer je ukusniji kad je pod zubima čvršći.

RUČAK: bugarska musaka od tikvica*, kuhani mladi krumpir.
VEČERA: teleća žlijezda u grašku (pogledajte 13. I).

BUGARSKA MUSAKA OD TIKVICA*

PRIPREMITE: 1 kg tikvica, sol, brašno, mast ili ulje, 2 glavice luka, 24 dag mljevene govedine, 25 dag svinjetine, 4 jaja, žlicu nasjeckanog zelenog peršina, papar, 2 dl kiselog vrhnja.

*Tikvice ogulite, narežite po duljini i osolite. Zatim ih sasvim malo ocijedite, uvaljajte u brašno, ispržite s jedne i s druge strane, pa ostavite na toplome mjestu. Luk ogulite**, nasjeckajte i popržite na masti. Dodajte mu mljeveno meso i dalje pržite, miješajući povremeno, da iz mesa ispari sav sok. Maknite meso s vatre. Kad se malo ohladi, dodajte 2 jaja, peršin, sol i papar. Dobro promiješajte. Vatrostalnu posudu namažite mašću. Stavite polovicu tikvica, na njih meso, pokrijte preostalim tikvicama. Tako pripremljenu musaku prelijte preostalim jajima koje ste razmutili s osoljenim vrhnjem. Pecite u umjereno zagrijanoj pećnici oko 40 min, tj. da porumeni.*

****SAVJET:** luk ćete lakše oguliti ako ga najprije stavite na 3—4 minute u kipuću vodu. Isperite ga, osušite, prerežite i ogulite.

RUČAK: paški crni rižot od lignji*, salata, sladoled.
VEČERA: sendviči, krema** od šumskih jagoda (pogledajte 4. VII).

PAŠKI CRNI RIŽOT OD LIGNJI*

PRIPREMITE: 1 kg lignji (ili sipa), 80 dag riže, 1 dl maslinovog ulja, 5 dag maslaca, 15 dag luka, 2 dag ukuhane rajčice ili 20 dag svježih, 2 dl bijelog vina, 2 dag češnjaka, 1 dag zelenog peršina, sol, papar, 5 dag ribanoga paškog sira.

Lignje pažljivo očistite, spremite crnilo, pa ih narežite na rezance. Luk očistite, nasjeckajte i ispirajte na ulju. Dodajte lignje, nasjeckani češnjak i peršin, te oguljene i narezane rajčice. Pirjajte 25 minuta. Razvodnite vino, dolijte u smjesu, pa pirjajte još 30 minuta. Operite rižu, umiješajte u lignje i pirjajte dalje. Povremeno dolijevajte — po potrebi — vruću vodu, a na kraju dodajte i crnilo od lignji (tintu). Gotov rižot nemojte odmah poslužiti, već mu dodajte i umiješajte maslac i sir, poklopite i ostavite da stoji još neko vrijeme.

****SAVJET:** sve kreme prigotavljajte vrlo brzo. Posuda u kojoj miješate sastojke mora biti sasvim čista (da ne pređe miris luka, juhe i dr.). Kuhanu kremu neprekidno miješajte, dalje je tucite i kad je maknete sa vatre.

RUČAK: janjeći kotleti na roštilju*, salate, mladi luk, pita s jagodama i jabukama (pogledajte 28. V).

VEČERA: omlet sa šunkom, jogurt.

JANJEĆI KOTLETI NA ROŠTILJU*

(slika 19)

PRIPREMITE: za rasol (marinadu): glavicu luka, 2 žlice nasjecanoga zelenog peršina, 1 žličicu svježe ili 1/2 žličice suhe mažurane, 1 dl maslinovog ulja, 2 režnja češnjaka, 1/2 korijena celera i nekoliko listova, 1,5 dl crnog vina, 1 dl prošeka, sol, papar, nekoliko listića ružmarina, majčinu dušicu; 8 janjećih kotleta.

*Janjeći kotleti su mali pa računajte najmanje dva po osobi. Pomiješajte vino i prošek, dodajte peršin, začinske trave, usitnjeni češnjak, naribani celer, sol i papar. Neka janjetina** u tome leži najmanje jedan sat, a bilo bi dobro da u rasolu i prenoći. U međuvremenu nekoliko puta okrenite meso. Pecite na dobro razgorjeloj žeravici koja više nema plamenova po 6—8 minuta na svakoj strani. Dok se prže premazujte ih marinadom.*

****SAVJET:** ovakav rasol je odličan za gotovo sve vrste mesa koje namjeravate pržiti na roštilju. Ako stavljate u rasol piletinu, tada umjesto crnog vina i prošeka uzmite laganije bijelo vino.

RUČAK: pirjana jetra, mladi krumpir, salata od ribane mrkvice, poljupci od kajsija*.

VEČERA: kelerabe punjene špinatom (pogledajte 3. VI).

POLJUPCI OD KAJSIJA*

PRIPREMITE: 1/2 kg zrelih kajsija**, 1/2 kg šećera, 3 bjelanjka.

Kajsije operite, ogulite i protisnite (propasirajte). Istucite snijeg i dodajte mu šećer. Skuhajte ga na pari neprekidno miješajući da postane čvršći. U mlaki snijeg umiješajte kajsije. Na lim stavite čist papir, pa žličicom ili štrcaljkom pravite poljupce (pusrle). Pecite ih u pećnici na najslabijoj vatri i uz pritvorena vrata da se više suše nego peku. To može potrajati i gotovo cijeli sat. Pazite da ne potamne.

****SAVJET:** takve poljupce možete raditi i od drugog voća, npr. od breska ili jagoda. Za vrućeg vremena možete ih sušiti na propuhu umjesto u pećnici.

RUČAK: duveč od somovine*, salata od rajčica.

VEČERA: vrganji na bjelovarski način (pogledajte 25. V), sladoled s preljevom od jagoda**.

DUVEČ OD SOMOVINE*

PRIPREMITE: soma teškog 1 kg, 1 kg luka, ulje, mljevenu crvenu papriku, 4—5 paprika-babura, vezicu zelenog peršina, 1 veći patlidan, 2—3 mlade tikvice, nekoliko krumpira, sol, papar, 1 šalicu riže, 3—4 svježe rajčice.

Soma dobro očistite i narežite na komade. Luk očistite, narežite na rezance i ispržite na ulju, popražite ga mljevenom paprikom (na vrh noža). Dodajte narezane svježe paprike, oguljene i na kockice narezane tikvice i patlidan, te oguljene krumpire narezane na kolutove. Osolite, popaprite, dodajte usitnjenu rajčicu. Malo pirjajte miješajući, pa u povrće dodajte ribu i rižu. Vatrostalnu ili zemljanu (duveč) posudu nauljite, pa u nju uspite mješavinu. Zalijte toliko vode da povrće i riba budu prekriveni, onda zalijte (po ukusu) s još ulja. Pecite u pećnici. Jelo ne smije biti rijetko, ali ni presuho.

****SAVJET:** sladoled neka bude što češće na stolu za toplih dana, a bit će još zdravija hrana ako mu dodate i svježeg voća. Efektni su i preljevi od voća, koje protisnite i pripremite na razne načine. Protisnite jagode (50 dag) pomiješajte sa sokom pola limuna i 25 dag šećera pa zgusnite na pari (ne smije provreti!). Uz sladoled poslažite jagode, pa sve prelijte ovim preljevom, koji također mora biti dobro ohlađen.

RUČAK: patka na rumunjski način (pogledajte 23. IV), pečene paprike.

VEČERA: torta s trešnjama*, mlijeko.

TORTA S TREŠNJAMA*

PRIPREMITE: za tijesto: 6 jaja, 14 dag maslaca**, 11 dag šećera, 3 dag čokolade, 1/2 limuna, 2 dag mrvica (od biskvita ili bijelog kruha); maslac i brašno za kalup; za nadjev i ukras: malo marmelade, 1 kg crnih slatkih trešanja, 3 dag badema, 4 dl slatkog vrhnja, 2 žlice šećera u prahu.

Maslac miješajte da postane gladak i pjenast, umiješajte jedno po jedno 5 žumanjaka, 1 cijelo jaje, pa šećer. Zatim dodajte naribanu čokoladu, sok i naribanu koricu limuna, arancine i citronat narezan na sitne kockice, samljevene bademe, mrvice i čvrsti snijeg od bjelanjaka. Zapalite pećnicu. Kalup za tortu namažite maslacem, pospite brašnom, pa u nj uspite tijesto za tortu. Pecite na laganoj vatri jedan sat, a po potrebi i dulje. Neka se dokraja ohladi. Trešnje operite, obrišite, skinite svima peteljke, a polovici povadite i koštice. Prorežite tortu napola. Donji list namažite marmeladom, na nj poslažite one trešnje bez koštica, među njih uspite grubo narezane bademe. Istucite slatko vrhnje, zašećerite ga, manji dio stavite na trešnje. Pokrijte gornjim listom. Cijelu tortu omažite ostalim vrhnjem i odozgo ukrasite trešnjama.

****SAVJET:** maslac možete u tijestu kolača bez bojazni zamijeniti margarinom. Nije dobro mijenjati ga u kremama, jer on ima različit okus od maslaca, a i krema postaje drugačija, više nije glatka, nego nalik na vosak.

RUČAK: makaroni s dalmatinskim umakom*, kuhana svinjetina.
VEČERA: juha u kojoj se kuhalo meso zakuhana rižom

DALMATINSKI UMAK*

PRIPREMITE: glavicu luka, 2—3 režnja češnjaka, 3—4 zelene paprike, 50 dag rajčica, 2—3 patlidana, nekoliko listova celera, maslinovo ulje**, mnogo zelenog peršina, sol, papar.

Očistite luk, nasjeckajte ga i ispržite na ulju. Dodajte očišćeni usitnjeni češnjak pa očišćene i narezane paprike. Kad se isprže dodajte usitnjene rajčice, na kockice narezane patlidane i nasjeckani celer. Poklopite i pirjajte na vrlo slaboj vatri. S vremena na vrijeme protresite posudu — po mogućnosti nemojte miješati. Nakon nekog vremena maknite poklopac i pirjajte dalje otklopljeno da se umak zgusne. Prije posluživanja umiješajte nasjeckani peršin.

****SAVJET:** veća količina maslinovog ulja neće se užegnuti ako na litru ulja dodate žlicu domaće rakije lozovače. Ulje je bolje rastočiti u bocu nego ga čuvati u velikoj pletenki.

RUČAK: fileki s povrćem (pogledajte 12. IX), kuhani krumpir**.
VEČERA: kolač s kajsijama*, bijela kava.

KOLAČ S KAJSIJAMA „STANKA“*

PRIPREMITE: za tijesto: 22,5 dag maslaca, 15 dag šećera, 30 dag brašna, 2 žlice ruma, 3 žumanjka; 1 kg kajsija (marelica), 3 cijela jaja, 3 bjelanjka (preostala od tijesta), 10 dag šećera, 5 žlica brašna, 1 žlicu ulja; šećer u prahu za posipavanje.

Maslac smrvite na dasci s brašnom, dodajte sve ostale sastojke i zamijesite tijesto kao za pitu. Razvaljajte i uzmite lim dovoljno velik da tijesto bude u tankom sloju. Pecite na laganoj vatri. U međuvremenu očistite oprane kajsije, koštice im razbijte i očistite jezgre. Nasjeckajte ih a kajsije narežite na režnjeve. Posebno stucite snijeg od 6 bjelanjaka, dodajte šećer, žumanjke, brašno, ulje i jezgre od koštica. Time prelijte gotovo do kraja ispečeno tijesto, gore poslažite kajsije i ispecite do kraja. Dok je toplo pospite šećerom u prahu.

****SAVJET:** kuhani krumpir imat će nov, različit miris ako vodi u kojoj se kuha dodate list lovora.

RUČAK: piletina s paprikama*, tikvice lešo**, kup s malinama (pogledajte 14. VII).

VEČERA: zapečene palačinke sa sirom i vrhnjem.

PILETINA S PAPRIKAMA*

(slika 5)

PRIPREMITE: 1 ispečeno pile, oko 8 odrezaka polumasnog sira, 1 crvenu i 1 zelenu papriku, 1 dl masnog kiselog vrhnja.

Pile narežite, meso poslažite na mali lim. Na svaki komad piletine stavite nekoliko rezanaca zelene i crvene paprike, pa sir. Prelijte vrhnjem. Stavite u zagrijanu pećnicu i pecite na 225° oko petnaest minuta da se sve lijepo zapeče.

****SAVJET:** kuhano povrće će zadržati lijepu boju ako vodi u kojoj se kuha dodate malo brašna.

RUČAK: govedina na francuski način (pogledajte 18. III)**, mladi krumpir s peršinom, salata, pita s borovnicama*.

VEČERA: pita, mlijeko.

PITA S BOROVNICAMA*

(slika 15)

PRIPREMITE: za tijesto: 20 dag maslaca ili margarina, 25 dag brašna, 1 jaje, 6 dag šećera, naribanu koricu 1/2 limuna; za nadjev: 4 šalice borovnica, 3 žlice otopljenog maslaca, 1 šalicu šećera, 2 žlice brašna, 1/4 žličice cimeta, 1/4 žličice samljevenih klinčića; 1 bjelanjak.

Borovnice pažljivo očistite, operite i dobro ocijedite, pa posušite. Prelijte ih otopljenim maslacem, dodajte šećer, brašno, cimet i klinčiće, pa ostavite da stoji. Za tijesto smrvite brašno s maslacem, dodajte šećer, limunovu koricu i jaje. Zamijesite tijesto i ostavite na hladnom 1/ = sata. Onda podijelite, malo veći dio razvaljajte, obložite njime dno i stranice plitkog kalupa i dopola ispecite. Onda stavite nadjev, pa drugu polovicu tijesta kao poklopac. Izrežite u sredini ukrasni otvor da izlazi suvišna para. Pecite najprije na 425°, a onda smanjite na 350° i pecite još gotovo pola sata — tijesto mora postati boje zlata, a sok od borovnica mora kipjeti kroz otvor.

****SAVJET:** kad pripremate jela za kuhanje kojih treba dosta vremena, dobro je odmah pripremiti dvostruku količinu i polovicu zalediti. No kad udvostručujete količinu jela, nemojte udvostručiti i količinu začina!

RUČAK: tikvice punjene kajganom*, rizi-bizi, salata od rajčica.
VEČERA: špageti s tunjevinom (pogledajte 6. III), rotkvice.

TIKVICE PUNJENE KAJGANOM*

PRIPREMITE: 1,5 kg tikvica, 4 jaja, sol, ulje, 2—3 glavice luka, crvene paprike, zelenog peršina, vrhnje.

*Odaberite male, mlade tikvice, podjednake veličine**, pa ih izdubite žličicom. Skuhajte ih u osoljenoj vodi, ali pripazite da se ne prekuhaju. Dok se hlade, očistite i nasjeckajte luk. Ispržite ga na ulju, dodajte jaja, ispecite kajganu koju osolite i umiješajte mljevene crvene paprike te sitno narezanog zelenog peršina. Tom mješavinom napunite tikvice, poslažite ih na nauljeni lim, svaku malo zalijte vrhnjem i zapecite u pećnici.*

****SAVJET:** na isti način možete puniti i drugo povrće kao što su kelera-be, patlidani i dr.

RUČAK: pržene srdele, blitva, krema od šumskih jagoda*.
VEČERA: sir i vrhnje.

KREMA OD ŠUMSKIH JAGODA*

PRIPREMITE: 2 jaja, 6 dag šećera, sok 1 limuna, 15 dag očišćenih šumskih jagoda, 5 dag krupno narezanih oraha, 2 dag šećera s mirisom vanilije, 1/4 l tučenog slatkog vrhnja.

*Dugo miješajte žumanjke sa šećerom i limunov sok. Onda umiješajte orahe i šumske jagode**. Od bjelanjaka istucite tvrd snijeg, dodajte mu šećer s mirisom vanilije pa ga još neko vrijeme tucite. Na kraju pomiješajte snijeg, mješavinu žumanjaka i slatko vrhnje, od kojeg dio ostavite za ukras. Gotovu kremu podijelite u čaše, ukasite tučenim slatkim vrhnjem i jagodama. Poslužite dobro rashlađeno.*

****SAVJET:** šumske jagode imaju jak miris, pa su vrlo pogodne za pripremanje raznih slatkiša. Bogate su vitaminom C, koji se raspada na višim temperaturama. Zato šumske jagode koristite sirove.

RUČAK: makedonski čevap*, pirjane kelerabe.

VEČERA: palačinke** punjene špinatom, jogurt.

MAKEDONSKI ČEVAP*

PRIPREMITE: 50 dag telećeg i 50 dag svinjskog mesa, 1 kg luka, 50 dag paprike, 2 velike rajčice, sol, papar, mljevenu crvenu papriku, 1 žlicu masti.

Meso sameljite, pomiješajte, dodajte sirov usitnjeni luk, te sitno narezane paprike i rajčice. Osolite, popaprite, dodajte malo mljevene paprike i mast, pa dobro promiješajte. Ovlažite pergament ili aluminijsku foliju, na to stavite meso oblikovano u hljeb, pa pecite u pećnici na srednje jakoj vatri jedan sat.

****SAVJET:** prva palačinka nije uspjela? Žilava je i tvrda? Nemojte je baciti. Narežite je na tanke rezance i slijedećeg dana ukuhajte u juhu. Ako ih je više pokvarenih, narežite ih na tanke rezance i poslažite u zdjelice. Svaki sloj pošećerite i navlažite limunovim sokom. Ostavite ih da stoje i poslužite s voćem ili sladoledom.

RUČAK: mahune s češnjakom*, popečki od krumpira.

VEČERA: salata od safalada i tvrdo kuhanih jaja s krastavcima.

MAHUNE S ČEŠNJAKOM*

PRIPREMITE: 50 dag mahuna, ulje, glavicu luka, 2 rajčice, 3 reznja češnjaka, sol, zeleni peršin.

*Očišćene mahune spustite u osoljenu kipuću vodu. Dok kuhaju, na ulju ispržite nasjeckani luk pa dodajte oguljene i narezane rajčice. Tome dodajte skuhanu mahune. Osolite, popaprite i začinite zdrobljenim češnjakom**. Prije posluživanja obilato pospite zelenim peršinom.*

****SAVJET:** češnjak će imati naročito jak miris ako ga zgnječite u malom metalnom tijesku za tu svrhu. Kad čistite češnjak, pazite ima li sredinu zelenu i nalik na klicu. U tom slučaju je izvadite jer može dati gorkast okus. U kuhana jela češnjak se najčešće dodaje tek potkraj kuhanja.

RUČAK: juha od rotkvice (pogledajte 26. VII), bečki odresci, varivo od kelerabe.

VEČERA: pohani sir**, piće „Ružica“*.

PIĆE „RUŽICA“*

(slika 9)

PRIPREMITE: za svaku čašu 1/2 dl crnoga vina, 1/2 dl limunova soka, tučeno slatko vrhnje, jagode.

Čašu do polovice napunite zdrobljenim ledom, prelijte vinom i limunovim sokom, a gore stavite obilatu porciju tučenog slatkog vrhnja (mora biti dobro zašećereno jer će vino biti kiselo). Na vrh stavite nekoliko opranih i zašećerenih jagoda.

****SAVJET:** sir će imati mnogo bolji okus ako ga umjesto na masti ili ulju pohate na maslacu ili na margarinu. No, nikada ništa nemojte pržiti ni pohati na samom maslacu, već uvijek stavite jednaku količinu ulja pa masnoća neće potamnjati.

RUČAK: pohano pile, pire od krumpira, miješano varivo, zapečena voćna torta*.

VEČERA: torta, mlijeko.

ZAPEČENA VOĆNA TORTA*

PRIPREMITE: 4 jaja, 15 dag šećera, 10 dag mljevenih oraha, 2 žlice naribanih keksa, malo margarina i brašna za kalup, razno voće, mrvice, 3 bjelanjka, 18 dag šećera u prahu.

*Miješajte jaja sa šećerom da dobijete pjenastu smjesu kojoj dodajte orahe i kekse. Zapalite pećnicu. Namažite kalup maslacem i pospite brašnom. Stavite peći. Kad tijesto bude skoro pečeno, izvadite kalup, na kolač poslažite što više različitog voća kojeg pospite mrvicama**. Od bjelanjaka istucite čvrsti snijeg, dodajte mu šećer u prahu i njime pokrijte tortu. Vratite je u pećnicu, pa pojačajte vatru da se snijeg lijepo zapeče.*

****SAVJET:** ovisno o vrsti voća — je li sočnije ili manje sočno — stavite više ili manje mrvica da upiju vlagu. Voće i snijeg pripremite dok se torta peče, da se tijesto ne hladi čekajući.

RUČAK: palačinke za izlet*, razne salate, savijača od sira.
VEČERA: naglo pržena jetra, salata, jogurt.

PALAČINKE ZA IZLET*

PRIPREMITE: 1 jaje, 10—15 dag brašna, malo soli, ulje; za nadjev: 6 vrlo tankih odrezaka šunke, 6 hrenovki, senf.

*Ispicite palačinke**, a hrenovke skuhajte. Kad se jedno i drugo ohladi, na svaku palačinku stavite odrezak šunke i hrenovku premazanu senfom pa je uvijte. Poslažite palačinke u plastičnu kutiju i dobro je zaklopite.*

****SAVJET:** ako želite vrlo tanke palačinke, zamijesite ih vodom a ne mlijekom, pa im dodajte malo ulja. Pržite na posve ravnoj tavici od debelog metala. Ako želite mekane palačinke, pecite ih polako, a hruskave na jakoj vatri.

RUČAK: podravski lonac*, sladoled, voće.
VEČERA: omlet sa začinskim travama**.

PODRAVSKI LONAC*

PRIPREMITE: 90 dag svinjetine, 25 dag graha, 25 dag kelja, 40 dag svježeg paprike, 25 dag svježeg kupusa (zelja), 25 dag mahuna, 5 dag luka, 2,5 dag češnjaka, 5 dag suhe slanine, sol, papar.

Stari grah unaprijed namočite, mladi samo očistite. Sve povrće očistite i narežite. Meso narežite na kocke, suhu slaninu na listiće. U zemljani ili vatrostalni lonac redajte red povrća, red mesa; između stavljajte nasjeckani luk i češnjak, te sol i papar. Zalijte s toliko vode da bude 10 cm iznad povrća, lonac poklopite i pecite u krušnoj peći 2—3 sata. Prirodno, to će ići brže u ekspres-loncu, samo tada nalijte manje vode.

****SAVJET:** ispeći zaista uspjeti omlet nije teško, ali se valja držati pravila. Najprije pripravite sve potrebno: zdjelicu, namirnice, šibu za tučenje snijega (ili vilicu), te debelu tavicu ravnoga dna. Po osobi računajte 1 jaje ako je nadjev hranjiviji ili 2 ako nije. Jaja razbijte u posljednji čas. Miješajte ih u zdjelici da se potpuno pomiješaju žumanjci i bjelanjci, osolite, popaprite, dodajte malo mlijeka i malo maslaca (u tankim listićima), pa dalje tucite. Na slaboj vatri otopite u tavici maslac, ulijte smjesu i polako pecite zadižući krajeve tako da gornji, mekani sloj prodire dolje, jer se omlet ne okreće. Stavite nadjev, preklopite omlet i odmah poslužite.

RUČAK: rezanci s mljevenim mesom, salata**, košarice s ribizlima*.

VEČERA: mrkvice s jajima (pogledajte 6. VI).

KOŠARICE S RIBIZLIMA*

PRIPREMITE: 5 jaja, 1 bjelanjak, 2 žlice brašna, 15 dag šećera, pola limuna, tučeno slatko vrhnje.

Operite ribizle, odvojite dio za ukras a preostale zdrobite. Miješajte žumanjke sa šećerom, dodajte brašno, limunov sok i ribizle. Istucite snijeg od bjelanjaka i pomiješajte u tijesto. Zamastite papirnate košarice, uspite u svaku malo tijesta i ispecite na srednje jakoj vatri (10 do 12 minuta). Ohlađene košarice ukasite tučenim vrhnjem i ribizlima.

****SAVJET:** zelena salata će ostati svježa nekoliko dana ako je dobro operete, listove joj navlažite hladnom vodom pa ih smjestite u lonac tako da su okrenuti prema gore. Lonac dobro zaklopite da ne ulazi zrak i stavite ga u hladnjak. Ako tamo nema dovoljno mjesta za lonac, možete upotrijebiti plastičnu vrećicu.

RUČAK: lonac s graškom*, svinjski odresci.

VEČERA: kajgana s paprikama, mlijeko.

LONAC S GRAŠKOM*

PRIPREMITE: 1 kg graška (izvaganog u ljusci), 40 dag krumpira, 3 velike glavice luka, ulje, 40 dag mladih mrkvice, 1 kelerabu, vezicu zelenog peršina, listić lovora, sol, papar.

*Očistite luk, nasjeckajte ga i ispržite na ulju. Dodajte očišćeni grašak, očišćene i na listiće narezane mrkvice, te oguljeni, na kockice narezani krumpir i naribanu kelerabu. Pirjajte 20-ak minuta. Osolite, popaprite. Dodajte lovor, pa zalijte vodom ili juhom. Kad sve bude mekano, izvadite lovor, dodajte nasjeckani zeleni peršin i zalijte masnoćom na kojoj ste pržili odreske**.*

****SAVJET:** ako umjesto svježeg graška koristite konzervu, u tom slučaju grašak dobro ocijedite i stavite ga u lonac tek kad drugo povrće bude gotovo.

RUČAK: pile sa začinskim travama (pogledajte 17. I), varivo od kelerabe i mrkvice, sladoled od malina (pogledajte 11. VIII).

VEČERA: rižoto-salata*.

RIŽOTO-SALATA*

(slika 16)

PRIPREMITE: ostatke pečene piletine, 2 šalice skuhanog riže, 2 šalice skuhanog graška, 2 zelene paprike, ulje, vinski ocat, žličicu-dvije senfa**, sol, malo hrena.

Pečenu piletinu usitnite, pomiješajte sa rižom, graškom i paprikom narezanom na kolutove. U zdjelici pomiješajte vinski ocat, ulje, senf, hren, sol i papar, pa time začinite salatu.

****SAVJET:** senf ili muštarda u čašici ili staklenki bolje će se i dulje držati ako ispod poklopca stavite plošku limuna.

RUČAK: ragu od jetara (pogledajte 20. III), kup s malinama*.

VEČERA: burek, jogurt.

KUP S MALINAMA*

PRIPREMITE: za sladoled: 4 žumanjka, 20 dag šećera, 1 šipku vanilije, 1/2 litre mlijeka, 40 dag malina, za ukras: 8 žličica malinovca, tučeno slatko vrhnje.

*Tucite žumanjke** sa šećerom da biste dobili glatku masu. U nju ulijte toplo mlijeko u kojem ste skuhalili vaniliju. Kuhajte smjesu na pari, ali voda ne smije jako vreći. Stavite da se hladi. Maline očistite, operite i dobro ocijedite. Odaberite najljepše (otprilike polovicu) i ostavite za ukras. Ostale zgnječite vilicom i umiješajte u ohlađenu kremu. Ulijte je u limeni kalup i stavite u najhladniji dio hladnjaka (frizer) da se stvrdne u sladoled. Možete upotrijebiti i kupovni sladoled od malina. Dublje čaše dobro rashladite, svakoj na dno stavite malo malinovca, zatim sladoled, nekoliko malina, tučeno slatko vrhnje, još nekoliko malina i prelijte malinovcem.*

****SAVJET:** ako su jaja izvađena iz hladnjaka prehladna, jer ste ih zaboravili unaprijed izvaditi, spustite ih na desetak minuta u mlaku vodu.

RUČAK: začinjena rebra na roštilju*, salate, savijača od trešanja i višanja.

VEČERA: naresci, hladne kuhane šparoge** s majonezom.

ZAČINJENA REBRA NA ROŠTILJU*

(slika 19)

PRIPREMITE: 2 kg svinjskih rebara očišćenih od slanine; za marinadu: 3 žlice senfa, 1 dl razblaženog octa, 1 dl limunova soka, sol, papar.

Rebra razrežite na komade od po jedan-dva u skupini, stavite u lonac, prelijte hladnom vodom i pristavite. Neka kuhaju 10—15 minuta da se oslobode pretjerane masnoće. Ocijedite ih. Pomiješajte sastojke za rasol (marinadu), po potrebi dodajte još octa. Meso ostavite u rasolu najmanje četiri sata, najbolje preko noći. Okrećite rebra da mirisi prodru u meso. Treba im dosta da se ispeku pa pripremite dovoljnu količinu žeravice, a meso pržite na 15 cm iznad žeravice. Pecite 20—30 minuta da meso bude hruskavo i dobro ispečeno. Imajte u pripremi malo hladne vode da je pljušnete na plamen ako bi nastao od masnoće koja kapa s mesa.

****SAVJET:** šparge možete provjeriti jesu li svježije na taj način da ih pokušate saviti — svježije će se odmah prelomiti a starije se daju saviti.

RUČAK: teleća pečenka, pečeni mladi krumpir, miješana salata, minjoni s malinama*.

VEČERA: kajgana s lukom i nasjeckanim ostacima pečenke, jogurt.

MINJONI S MALINAMA*

(slika 2)

PRIPREMITE: 4 dl brašna, 13 dag maslaca ili margarina, 1 žumanjak, tučeno slatko vrhnje**, maline.

Izmrvite brašno i maslac da biste dobili pjeskovitu mješavinu. Dodajte žumanjak i 1/2 dl vode, pa zamijesite glatko tijesto. Razvaljajte ga i njime ispunite okrugle kalupiče. Poslažite ih na lim i stavite u zagrijanu pećnicu. Pecite 8—10 minuta na 225°. Pustite da se tijesto sasvim ohladi, pa tek onda izvadite kolačiće iz kalupa. Napunite ih tučenim slatkim vrhnjem i ukasite malinama.

****SAVJET:** za topla vremena slatko vrhnje može se pri tučenju pretvoriti u maslac. To ćete izbjeći ako pripazite da sve bude dobro rashlađeno: ne samo vrhnje već i šećer i posuda u kojoj tučete.

RUČAK: varivo od mahuna, tvrdo kuhana jaja.

VEČERA: hrenovke, punjene dinje*.

PUNJENE DINJE*

PRIPREMITE: 3 manje dinje**, 6—8 žlica šećera, 1 čašicu ruma, 6 odrezaka ananasa (iz konzerve), 5—6 bresaka, 1 grozd crnoga grožđa.

Prorežite dinje, očistite ih od koštica pa žlicom izgrabite meso da biste dobili kuglice, a ako to ne možete, onda meso narežite na kockice. Dodajte ostalo narezano voće, pošećerite, zalijte rumom i stavite na hladno da stoji najmanje jedan sat. I izdubljene dinje stavite u hladnjak, pa ih prije posluživanja ispunite tom voćnom salatoom. Po ukusu i prema prilici miješajte razno voće.

****SAVJET:** biranje dinja prilična je lutrija, jer nikad ne možete biti potpuno sigurni da niste kupili nedozrelo ili prezrelo voće. Kad birate ipak pazite da dinja u ruci bude relativno teška, „repić“ neka bude malo odvojen od kore, a dio nasuprot njemu mora pod prstom biti mekan. Dinja mora imati ugodan miris, ali ne prejak jer to znači da je prezrela. Ne držite dinju u hladnjaku jer njen prodoran miris lako prelazi na druge namirnice (osobito jaja, maslac i druge mliječne preradevine). Uostalom, prerašladena dinja gubi na mirisu i okusu. Najbolje ju je rashladiti u hladnoj vodi. U nekim zemljama dinju poslužuju i kao predjelo, sa šunkom i drugim slanim namirnicama, a ne samo kao desert. Vrlo je ukusan i pekmez od dinja koji do zime čuva miris ljeta.

RUČAK: kovač s povrćem*, biskvit s višnjama.

VEČERA: kakao, biskvit.

KOVAČ S POVRĆEM*

PRIPREMITE: kovača** teškog 1,60 kg, 20 dag korijena celera, 20 dag mrkve, 4 velike glavice luka, 2 svježe rajčice, lovor, ružmarin, majčinu dušicu, ulje, sol, papar, 7 dl laganoga bijelog vina, 2 limuna, zeleni peršin.

Očistite ribu. Sve povrće očistite, narežite na malene komade i poslažite na dno dobro nauljene vatrostalne posude. Pirjajte povrće 5 minuta. Na to položite ribu, osolite je, popaprite, dodajte začinske trave. Zalijte sokom od jednog limuna i vinom. Pokrijte i pirjajte 20-ak minuta. Prije posluživanja obilato pospite narezanim zelenim peršinom i ukasite kriškama limuna.

****SAVJET:** kovač (sanpiero) jedan je od najboljih morskih riba, meso mu je bijelo i izvrsna okusa. Lako ćete ga prepoznati, jer je dugačak 30 do 50 cm, a glava neobičnog oblika golema je u odnosu na tijelo.

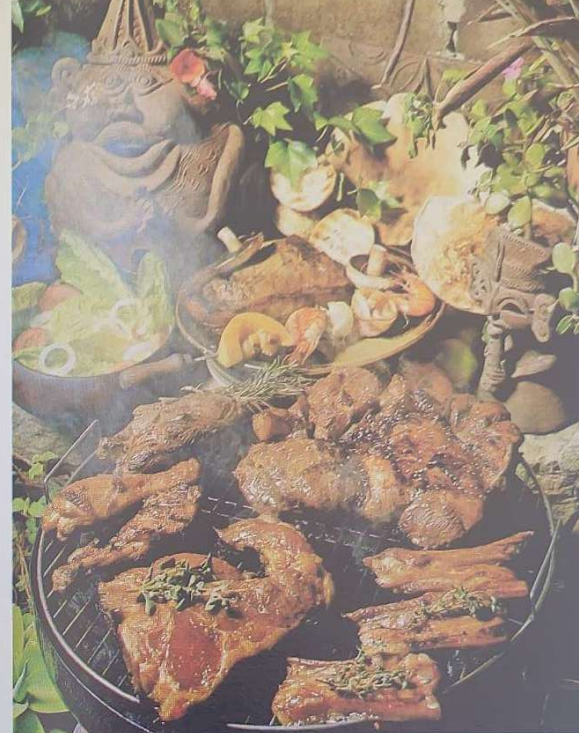
RUČAK: varivo od krastavaca, restani krumpir, odresci od jetre.
VEČERA: sendviči, kolač s ogrozdim*

KOLAČ S OGROZDIMA*

PRIPREMITE: za tijesto: 3 dag margarina, 2 jaja, 10 dag šećera, 6 dag brašna, pola paketića praška za pecivo; margarin i brašno za kalup, 1/2 kg ogrozda, šećera po ukusu, 3 dl slatkog vrhnja, 3 žlice šećera s mirisom vanilije.

*Stavite margarin da omekša na pari. Miješajte jaja sa šećerom, dodajte brašno i prašak za pecivo, pa margarin. Kalup za plitku okruglu pitu namažite margarinom, pospite brašnom i u njega stavite tijesto. Pecite na srednje jakoj vatri. U međuvremenu očistite ogrozde, operite ih, ošecerite po ukusu, nakapajte s nekoliko kapi limuna**. Malo prokuhajte sa nekoliko žlica vode. Ne smiju se raskuhati. Ostavite da se ohlade. Istucite slatko vrhnje, dodajte šećer s mirisom vanilije, pa polovicu ogrozda. Time nadjenite ohlađeno tijesto a preostale ogrozde poslažite po vrhu. Odmah poslužite.*

****SAVJET:** ako vam je potrebno samo nekoliko kapi limuna, nemojte ga zbog toga prorézati na pola. Probušite ga debljom iglom i iscijedite potrebni sok. Limun će još dugo ostati svjež.



Slika 19

Roštilj nije samo prastari izum već i ugodno mjesto okupljanja od pradavnih vremena. Nad žeravicom se mogu pripremiti različita jela — lijevo gore: orijentalna piletna na roštilju (pogledajte 16. IX), lijevo u sredini: jneći kotleti na roštilju (25. VI), u sredini: biftek na roštilju (19. VIII), dolje u sredini: janjeća pletka na roštilju (6. VIII), sasvim gore: pomorski ražnjići (27. VIII) i dolje desno: začinjena rebra na roštilju (15. VII).

Slika 20

Ljetni dani stvoreni su za izlete i piknike. Što ponijeti: sasvim gore — pladanj sa sirevima i miješana ljetna salata (pogledajte 20. VIII), sasvim lijevo: lovački kruh (4. VI), u sredini gore desno: engleska pita za piknik (23. VII), dolje lijevo: vijenac od riže i riba (29. VI), dolje u sredini: jagode Romanoff (2. VI) i dolje sasvim desno: krumpir salata s vlascem (1. VI).



RUČAK: pohani patliđani, kuhani mladi krumpir** s maslacem i peršinom.

VEČERA: drobljenac, frape od malina*.

FRAPE OD MALINA*

PRIPREMITE: 1/2 l mlijeka, 2 žlice malinovca, 20 dag malina, 8 kockica leda, 2 dl tučenog slatkog vrhnja, po želji malo ruma.

U uspravni mikser stavite mlijeko, malinovac i gotovo sve maline. Po želji dodajte rum i miješajte da biste dobili gustu pjenušavu tekućinu. Rastočite u rashlađene čaše, dodajte kockice leda, odozgo ukrasite tučenim slatkim vrhnjem i malinama.

****SAVJET:** krumpir kuhan u ljusci neće puknuti ako svaki nabodete čačalicom na četiri mjesta. To načinite i kad kuhate krumpir u ekspress-loncu.

RUČAK: musaka od kelja, voće.

VEČERA: marinirana štika*, žganci.

MIRINIRANA ŠTUKA*

PRIPREMITE: 1 štuku, sol, brašno, ulje, 1 kg luka, 50 dag mrkve, nekoliko listova lovora, 10 dag papra u zrnu, ocat (po mogućnosti domaći, voćni).

*Luk narežite na deblje kolutove. Mrkve skuhaite pa i njih narežite na kolutove. Pažljivo očišćenu štuku narežite na manje komade, uvaljajte ih u brašno, dobro otresite i ispržite na ulju da dobiju hrskavu koru. U veću staklenku slažite red ribe, pa red mrkve i lovora, na to lovor i papar, pa opet ribu i tako redom. Procijedite ulje na kojem ste ispržili ribu, zalijte polagano jelo, dodajte još malo soli i ulijte toliko octa da sve bude pokriveno. Neka stoji nekoliko dana**.*

****SAVJET:** to je jelo prikladno za izlete, putovanja i za kampiranje, jer se može prirediti unaprijed i ponijeti.

RUČAK: nabujak od špinata*, pohano pile, voćna salata sa sladoledom (pogledajte 10. VI).

VEČERA: rižoto od pileće sitneži, pečene paprike.

NABUJAK OD ŠPINATA*

PRIPREMITE: 1/2 kg špinata, 1/4 mlijeka, 3 jaja, sol, papar, 2 žlice brašna, malo muškarnog oraščića, 6 dag maslaca, 1 dl vrhnja, 5 dag ribanog sira.

*Skuhaite špinat u osoljenoj vodi, iscijedite ga**, sameljite. Od maslaca i brašna načinite svijetli zaprčak pa ga zalijte mlijekom. Dodajte mu sol, papar i naribani muškarni oraščić, zatim žumanjke, ribani sir i na kraju snijeg od bjelanjaka. U špinat dodajte vrhnje. U nauljenu vatrostalnu posudu slažite redove špinata i umaka — smiju doći najviše do 3/4 visine posude da bi bilo dovoljno prostora za dizanje. Ispicite u jako zagrijanoj pećnici i smjesta poslužite.*

****SAVJET:** špinat dobro iscijedite da u mješavini ne bi bilo tekućine, u protivnom se nabujak ne bi digao. Ako želite to jelo poslužiti kao kompletan obrok, u špinat sameljite 15 dag šunke.

RUČAK: engleska pita za pic-nic*, salate**, punjeni krastavci (pogledajte 31. VII), savijača od trešanja.

VEČERA: sir i vrhnje.

ENGLESKA PITA ZA PIC-NIC*

(slika 20)

PRIPREMITE: za tijesto: 45 dag brašna, 30 dag maslaca, malo soli, 3 žumanjka; za nadjev: 1,5 kg zečevine (ili drugog mesa od divljači), 35 dag mljevene svinjetine i 25 dag mljevene teletine, sol, papar, mljevenog muškatnog oraščića, 1/4 žličice sušenih i usitnjenih začinskih trava, 1 žlicu sjeckanoga zelenog peršina; 1 jaje za premaz; za zaliti: 1/4 l juhe (može koncentrat), 1 žlicu želatine u prahu, sol, papar.

Na dasku naspite brašno i u sredini načinite udubinu. U nju stavite omekšan i na listiće narezan maslac, žumanjke i 3—4 žlice vode pa u to pomalo sipajte brašno mijeseći tijesto. Dobro izrađeno tijesto stavite na hladno pola sata. U međuvremenu očistite meso divljači od kostiju i narežite na kockice. Mljeveno meso pomiješajte, dodajte sve začine. Razvaljajte tijesto, tri četvrtine upotrijebite za pokrivanje dna i stranica dubokog kalupa (možete uzeti i veći lonac), promjera 15 cm, na dno stavite mljeveno meso, zatim zečevinu, pa opet mljeveno meso. Od preostalog tijesta načinite „poklopac“ i ukrase, slijepite vodom. U sredini načinite otvor i u nj gurnite papirnat „dimnjak“. Pecite 30 minuta na 190°, pa još sat na 180°, onda premažite „poklopac“ jajetom, pa pecite još pola sata i stavite povrh papir da ne zagori. U međuvremenu otopite želatinu u osoljenoj juhi, pa kroz dimnjak ulijte u ispečenu pitu, maknite dimnjak i ostavite pitu da se ohladi.

****SAVJET:** zelenu salatu nosite očišćenu i opranu na izlet pa je tamo začinite.

RUČAK: varivo od buče*, pečeni krumpir, sladoled.

VEČERA: kajgana** sa sirom.

VARIVO OD BUČE*

PRIPREMITE: 1 buču (2 do 2,5 kg), sol, 7 dag masti, 7 dag brašna, nekoliko grančica zelenog peršina, pola vezice kopra, 1 glavicu luka, 1/8 litre vrhnja, malo mljevene crvene paprike.

Buču ogulite, narežite je na četvrtine, očistite od koštica i naribajte, osolite. Neka stoji 3/4 sata. U međuvremenu načinite zapržak s nasjeckanim lukom, dodajte crvenu papriku i zalijte vodom. Ocijedite buču, dodajte na zapržak, kuhajte pola sata. Onda dodajte nasjeckani kopar i zeleni peršin, a nakon nekoliko minuta još i vrhnje. Provjerite treba li još soli.

****SAVJET:** kajgana će biti ukusnija ako razbijena jaja prethodno istučete u tanjuru i osolite. Za prženje jaja (kao i mesa) najprije dobro zagrijte praznu tavu, a tek onda ulijte ulje ili drugu masnoću. Jelo se neće prilijepiti za dno.

RUČAK: musaka od patlidana, kuhani krumpir.

VEČERA: hrenovke, kup s borovnicama*.

KUP S BOROVNICAMA*

PRIPREMITE: 1 omot sladoleda, 40 dag borovnica, 2 dl mlijeka, 1 dl kirša ili ruma, 2 dl tučenog slatkog vrhnja, šećera po ukusu.

*Borovnice očistite, zašećerite, pa prelijte mlijekom i kiršom. Stavite u hladnjak da se dobro ohlade. U zdjelice stavite sladoled, preko njega borovnice, a na vrh tučeno slatko vrhnje**.*

****SAVJET:** borovnice su vrlo zdravo voće bogato vitaminima i mineralima, pa ga treba davati djeci u svim oblicima. Kao kup-su naročito preporučljive, jer je kvalitetan sladoled hranjiv i zdrav. Prirodno, kad kup pripremate za djecu, nećete staviti alkoholno piće.

RUČAK: juha od rotkvice*, pohani mozak, salata od krumpira s rotkvicama.

VEČERA: punjeno pecivo (pogledajte 12. IV).

JUHA OD ROTKVICA*

PRIPREMITE: zeleni dio od dva svežnjića rotkvice, 3 dag maslaca ili margarina, 1 žlicu brašna, litru juhe (od kostiju ili koncentrat), sol, papar, pržene kockice suhog kruha, zeleni peršin.

*Dobro operite listiće rotkvice, nasjeckajte ih i pirjajte na zagrijanom maslacu. Dodajte brašno, propržite ga i zalijte juhom. Kuhajte 15-ak minuta, osolite, popaprite, a prije posluživanja dodajte nasjeckani zeleni peršin i kockice kruha**.*

****SAVJET:** rotkvice su omiljeno povrće, jer sadeže malo kalorija, ali i malo vitamina i mineralnih soli. Omiljeni su dodatak sendvičima a prikladne su i za izlete. Treba ih dobro sažvakati da se lakše probave. Listove im uglavnom bacimo, što je šteta, jer se mogu upotrijebiti za juhu. Kad kupujete rotkvice, provjerite da li je lišće svježije, u protivnom ni same rotkvice nisu dobre.

RUČAK: svinjetina na primorski način (pogledajte 14. V), torta od jagoda i ananasa (pogledajte 25. V).

VEČERA: gusarska tunjevina*, špageti, salata.

GUSARSKA TUNJEVINA*

PRIPREMITE: 40 dag tunjevine, 6 listića bosiljka, 2 žlice maslinova ulja, 6 listića ružmarina, 6 zelenih i 6 crnih maslina, 6 većih rajčica, sol, papar, 1 režanj češnjaka.

*Zgnječeni češnjak, začine i samljevene masline spustite na ulje pa stavite na vatru. Kad se zagrije, dodajte narezane rajčice. Pirjajte 10 minuta, onda dodajte tunjevinu. Nastavite pirjati, ali što manje miješajte. Prelijte preko skuhanih špageta**.*

****SAVJET:** to jelo možete poslužiti i hladno, jednako je ukusno. U tom ga slučaju možete pripremiti ranije, a prikladno je i za izlete.

RUČAK: krem-juha s lukom (pogledajte 10. IV), pečeni krumpir**, primorska salata od rajčica*.

VEČERA: pita s borovnicama (pogledajte 2. VII), ledena kava (pogledajte 12. VIII).

PRIMORSKA SALATA OD RAJČICA*

(slika 10)

PRIPREMITE: 8 rajčica srednje veličine, sol, papar, sasvim malo vinskog octa, 1 žlicu nasjeckanog zelenog peršina, 3 žlice ulja (po mogućnosti maslinovog).

Rajčice operite, odstranite im listiće, pa ih pažljivo vodoravno prerežite. Poslažite ih na pladanj ili na toliko tanjurića koliko ima ukućana. Rajčice osolite, popaprite, stavite malo octa (ako su rajčice kiselkaste, ocat neće ni trebati, to ovisi o ukusu ukućana). Nakapajte uljem i pospite nasjeckanim peršinom. Preko rajčica po želji pospite još i vrlo sitno nasjeckani luk.

****SAVJET:** sirovi krumpir nastojte guliti što tanje. To je ušteda, a osim toga neki se vrijedni sastojci tog povrća nalaze tik ispod kore.

RUČAK: pohano pureće meso**, kuhani mladi krumpir s peršinom i maslacem, „torta“ sa sladoledom*.

VEČERA: jastučići s mesom (pogledajte 25. II), mladi luk.

„TORTA“ SA SLADOLEDOM*

(slika 21)

PRIPREMITE: kupovnu podlogu za tortu, 1/2 kg raznog voća, malo šećera i ruma, 1 litru sladoleda; za čokoladni preljev: 1 dl slatkog vrhnja, 1/2 dl mlijeka, 1/2 dl šećera, 1,5 žlicu čokoladé u prahu, 1 žličicu maslaca, mrvicu-dvije soli.

Voće očistite, usitnite, pošećerite prema ukusu i polijte rumom. Neka stoji na hladnome nekoliko sati. I podlogu za tortu stavite da se dobro ohladi. Za preljev pomiješajte sve sastojke i kuhajte na pari da se preljev zgusne (oko desetak minuta). Miješajte. Na podlogu za tortu stavite voće sa sokom (da podloga upije), gore žlicom nagrabite sladoled od vanilije, pa prelijte vrućim čokoladnim preljevom i odmah poslužite — preljev prelijte preko torte kad je već iznesete na stol. Ukrasite bobicama grožđa ili nekim drugim voćem.

****SAVJET:** svako će meso biti ukusnije ako ga prije paniranja za pohanje najprije osolite i stavite da se malo moći u mlijeku.

RUČAK: miješani ražnjići*, naglo ukiseljeni krastavci, kolači Tosca (pogledajte 5. II).

VEČERA: hrenovke, jogurt.

MIJEŠANI RAŽNJIĆI*

(slika 21)

PRIPREMITE: 35 dag svinjetine, 25 dag hrenovki, 1 veliku papriku, 1—2 kiselkaste jabuke, 6 malih rajčica; za umak: 1,5 žlice ulja, 2 žličice ljutoga senfa, 1 žlicu limunova soka, sol, papar.

*Zapalite roštilj, a ako namjeravate peći u kući**, zagrijte pećnicu na 275°. Narežite svinjetinu na kocke, hrenovke na manje komade. Papriku očistite i narežite na komade, jabuke ogulite i također narežite. Rajčice operite. Nabodite sve sastojke na 6 ražnjića. Pomiješajte sastojke za umak, pa u nj umočite ražnjiće i stavite na roštilj. Okrećite. Treba ih peći otprilike deset minuta. Povremeno ih premazujte umakom.*

****SAVJET:** prženje na roštilju ugodna je zabava za ljetno veče u vrtu i u prirodi, ali i na balkonu. Za premazivanje mesa na roštilju dobro je imati perušku (nekoliko povezanih gušćijih pera) ili plastični kist koji upotrebljavate samo u kuhinji.

RUČAK: pržena riba, blitva lešo**, voće.

VEČERA: češki grašak*, zelena salata.

ČEŠKI GRAŠAK*

PRIPREMITE: 30 dag sasvim mladoga graška u ljusci, maslac ili margarin i mrvica za kalup, 3 dag mrvica za prženje, 15 dag luka, mast, malo vrhnja, sol, papar.

Odaberite grašak sasvim sitnog zrnja da biste ga kuhali zajedno s mahunama. Skuhajte ga u slanoj vodi i ocijedite. Kalup ili vatrostalnu posudu namažite maslacem i pospite mrvicama. Stavite grašak da sloj bude visok oko tri cm. Ispržite na masti posebno mrvicu, posebno nasjeckani luk, pa i jednim i drugim prelijte grašak. Zalijte s malo vrhnja u koje ste umiješali sol i papar. Zapečite u pećnici da dobije koricu.

****SAVJET:** kuhano povrće bit će ukusnije ako u kipuću slanu vodu stavite i režanj-dva češnjaka.

RUČAK: sataras*, široki rezanci, salata.

VEČERA: pirjana jetra, mladi krumpir, mladi češnjak.

SATARAS*

(slika 10)

PRIPREMITE: 2 glavice luka, 1 veliku ili 2 male zelene paprike, sol, 4—6 rajčica, 2 žlice ulja ili masti.

*Očistite i nasjeckajte luk. Narežite rajčice. Očistite papriku i narežite na rezance. Zagrijte ulje, propržite luk (ne smije potamnjeti), dodajte paprike i rajčice pa naglo ispržite. Ovisno o ukusu povrće možete ostaviti tvrde (dovoljno će biti 15 minuta) ili pirjajte dulje da se raspadne i pretvori u umak nalik kaši**.*

****SAVJET:** Mađari vole slično jelo koje zovu „letcho“: 8 dag suhe slaninice se nasjecka i isprži s 20 dag luka na 8 dag masti. Čim luk požuti, popražite ga s 5 grama mljevene crvene paprike, pa dodajte paprike narezane po duljini na 5—6 komada. Dok se pirjaju rajčice spustite u kipuću vodu, ogulite ih i narežite. Dodajte i njih u jelo i pirjajte na slaboj vatri da sve omekša.

RUČAK: pržena tunjevina, rizi-bizi, zelena salata.

VEČERA: provansalska salata*.

PROVANSALSKA SALATA*

(slika 16)

PRIPREMITE: ostatke pržene tunjevine, razno povrće, tvrdo kuhana jaja; umak ailloli: 1 žumanjak, oko 2 dl maslinova ulja, 3 velika režnja češnjaka, vinski ocat ili limun.

*Povrće očistite i spustite u kipuću vodu da se skuha. Tvrdo kuhana jaja ogulite i narežite. Za umak najprije dobro zgnječite očišćene i usitnjene režnjeve češnjaka da biste dobili glatku smjesu, kojoj dodajte žumanjak. Tucite da dobijete jednoličnu smjesu, a onda dodavajte kap po kap ulja kao za svaku majonezu. Kad je majoneza lijepo tvrda, osolite je i popaprite**, malo zakiselite. Poslužite uz pladanj s ribom, povrćem i jajima.*

****SAVJET:** ovaj umak je tipičan za francusku južnu pokrajinu Provence, gdje se priprema sredozemna kuhinja s mnogo češnjaka. Da bi umak dobro uspio, važno je da su svi sastojci podjednake temperature. Oprezno paprite i ne stavljajte druge začine ni dodatke kako bi se češnjak dobro osjećao.

RUČAK: musaka od patlidana, salata od paprike.

VEČERA: pljeskavice**, ledena limunada*.

LEDENA LIMUNADA*

(slika 9)

PRIPREMITE: za svaku čašu 1 dl limunade kakvu volite, 1/2 limuna, 1 dl bitter lemon ili bijeloga vina, led.

Načinite limunadu po svom ukusu i ostavite da se dobro ohladi. Limun dobro operite i narežite na što tanje kolutove. Rashladite bitter lemon ili bijelo vino ovisno o tome hoćete li bezalkoholni ili alkoholni napitak. Rashladite i čaše. Prije posluživanja u svaku čašu stavite dosta zdrobljenog leda, nekoliko koluta limuna, zatim pravu limunadu i bitter lemon ili vino.

****SAVJET:** pljeskavice (tj. popečki od samoga mljevenog mesa kojemu dodajte samo sol, papar i dosta usitnjenog, sirovog luka) bit će bolje, bilo da ih pečete na roštilju ili na tavici, ako na svaku, dok je pečete, stavite odrezak suhe slanine.

RUČAK: tjestenina, sicilijanski umak (pogledajte 23. VIII), voće.
VEČERA: švedski hladni kotleti*, zelena salata.

ŠVEDSKI HLADNI KOTLETI*

(slika 24)

PRIPREMITE: 6 svinjskih kotleta, sol, ulje; 1 kiselkastu jabuku, 3 žlice majoneze, 2 žlice ljutog senfa, zeleni peršin i nekoliko rajčica za ukras.

*Meso** odrežite od kostiju i očistite od suvišne masnoće, osolite i ispržite. Pustite da se na upijajućem papiru iscijedi masnoća, pa stavite da se u hladnjaku dobro ohlade. Jabuku ogulite, naribajte na najsitniji ribež i skuhajte s malo vode da biste dobili gusti pire. Stavite ga u mikser, dodajte majonezu, senf i sol. Dobro izmiješajte, probajte treba li još začina. Time prelijte hladne kotlete, pospite ih nasjeckanim zelenim peršinom i ukrasite rajčicama.*

****SAVJET:** meso nikad nemojte ostaviti da dugo stoji u papiru kojim je zamotano. Ako ste kupili više kotleta, i njih očistite, osolite, natucite, poslažite u zdjelicu i dobro zalijte uljem, da ne dolaze u dodir sa zrakom. Tako mogu u hladnjaku stajati nekoliko dana uvijek spremni da se naglo isprže.

RUČAK: teletina s povrćem*, okruglice od kruha.
VEČERA: pastirve s bademima (pogledajte 26. I), salata.

TELETINA S POVRĆEM*

PRIPREMITE: teleću pečenku tešku otprilike 80 dag, 2 mrkve, 2 tikvice, 2 patlidana, 2 paprike, 2 režnja češnjaka, 1 veliku glavicu luka, sol, papar, lovor, 4 žlice ulja, 4 rajčice, 3 dl bijelog vina, zeleni peršin.

*Narežite tikvice i patlidane na kolutove, papriku na rezance, a rajčicu usitnite. Nasjeckajte luk i češnjak. Pečenku osolite i popaprite, pa je sa svih strana propržite na ulju. Dodajte sve povrće, lovor, sol, papar i zalijte vinom. Pirjajte da omekša. Prije posluživanja pospite nasjeckanim zelenim peršinom**.*

****SAVJET:** to jelo možete jesti i hladno. U tom slučaju dodajte mu narezanu tvrdo kuhana jaja i nekoliko maslina, pa poslužite sa zelenom salatom.

RUČAK: janjeća plečka na roštilju*, povrće prženo na roštilju**, kolač s rešetkom (pogledajte 3. III), lubenica.

VEČERA: kolač, mlijeko.

JANJEĆA PLEČKA NA ROŠTILJU*

(slika 19)

PRIPREMITE: 1 plečku od sasvim mladog janjeta, sol, papar, 3 žlice maslinova ulja, 1 limun, 1 glavicu luka, 1 vezicu peršina, grančicu ružmarina, 2 lista lovora.

Barem dva sata prije prženja na roštilju meso osolite, popaprite i stavite u posudu u koju dodajte ulje, limunov sok i sve druge sastojke. Nekoliko puta okrenite. Pržite na mnogo žeravice, ali visoko iznad nje da se prži polako. Za vrijeme prženja češće premažite marinadom u kojoj je meso ležalo. Nemojte bockati vilicom da ne izlazi sok, već okrećite prihvaćajući meso kliještima ili s dvije žlice.

****SAVJET:** uz meso pržite nad žeravicom i razno povrće — operite ga, očistite i premažite uljem. Isprženo solite.

RUČAK: bubrezi sa senfom, rezanci, zelena salata.

VEČERA: mahune s češnjakom (pogledajte 6. VII), tvrdo kuhana jaja.

BUBREZI SA SENFOM*

PRIPREMITE: 2 teleća bubrega, sol, papar, maslac ili margarin, 8 velikih gljiva, 2 žlice senfa, 6 žlica gustog vrhnja.

*Očistite bubrege**, osolite ih i popaprite. Polako ih pirjajte poklopljene na maslacu. U međuvremenu narežite gljive na sasvim tanke listiće i posebno ih ispirjajte na maslacu. Dodajte ih omekšanim bubrežima, zalijte vrhnjem i senfom, osolite i popaprite. Pustite neka još malo vrije.*

****SAVJET:** za bubrege vrijedi isto što i za svu ponutricu: dobri su samo svježi. Nastojte ih skuhati čim ih kupite i kod kuće ih nemojte držati dulje od 24 sata. Ako pripremate goveđe bubrege, imajte na umu da im je miris jači, pa ih prethodno treba prokuhati.

RUČAK: mljeveno meso u umaku, žganci**, salata.

VEČERA: pita s breskvama*, mlijeko

PITA S BRESKVAMA*

(slika 15)

PRIPREMITE: za tijesto: 25 dag brašna, 18 dag maslaca ili margarina, 6 dag šećera, 3 žlice vrhnja, naribanu koricu od 1/2 limuna; nadjev: 12 zrelih bresaka, 2 žlice limunova soka, šećera po ukusu, šaku samljevenih oraha; jaje za mazanje i šećer u prahu za posipavanje.

Operite breskve, spustite ih u kipuću vodu (po 3—5 istodobno), ostavite ih 15—30 sekundi, pa izvadite. Lako ćete im oguliti kožicu. Raspolovite ih, izvadite im koštice, pa ih narežite. Pošećerite ih i poškropite limunovim sokom. Za tijesto izmrvite maslac s brašnom, dodajte šećer, vrhnje, limunovu koricu. Zamijesite tijesto, odvojite jednu trećinu, a veći dio razvaljajte i njime pokrijte dno i stranice okruglog kalupa. Stavite u zagrijanu pećnicu da se napola ispeče. Onda dno pospite samljevenim orasima, poslažite breskve, a od preostalog tijesta načinite trake koje ukrasno poslažite na nadjev. Premažite razbijenim jajetom, pošećerite i pecite još petnaestak minuta na 425° i još 20—30 minuta na 350°.

****SAVJET:** žganci (pura, kačamak) će se lako odvajati od lonca u kojem ste ih kuhali ako drvenu žlicu ili kuhaču smočite hladnom vodom i njome predete uz stijenke lonca.

RUČAK: crveno pile*, žličnjaci, salata od paprika.

VEČERA: punjeni krastavci (pogledajte 27. V), sladoled.

CRVENO PILE*

PRIPREMITE: 1 pile, mljevenu crvenu papriku, 30 dag suhe slanine, ulje, 1 kg rajčica, 2 režnja češnjaka, sol, ružmarin, lovor.

*Pile narežite, osolite i natrljajte crvenom paprikom. Suhu slaninu narežite na kockice, otopite ih na ulju, pa na tome dopola ispirajte piletinu. Posebno na 2 žlice ulja pirjajte narezane rajčice, dodajte im usitnjeni češnjak, nekoliko listića ružmarina i listić lovora**. U vatrostalnu zdjelu stavite piletinu, prelijte umakom i zapecite u pećnici otprilike pola sata.*

****SAVJET:** lovor je nekad bio znak slave, lovorov vijenac bio je najviše priznanje. Radi neobično ugodnog mirisa odavno se u kuhinji koristi i lovorov list i plod. No kako lovorov list ima jak miris, obično je jedan listić posve dovoljan, jer bi inače potisnuo mirise ostalih sastojaka jela.

RUČAK: teleća koljenica s povrćem*, dinja.

VEČERA: okruglice sa šljivama.

TELEĆA KOLJENICA S POVRĆEM*

PRIPREMITE: teleću koljenicu tešku oko 1,20 kg, 2 dl vina, 20 dag luka, 20 dag kelerabe, 1 celerov korijen, 60 dag mrkve, 30 dag mahuna, 30 dag krumpira, 2 žlice brašna, zeleni peršin, sol, par.

*Luk nasjeckajte. Koljenicu narežite, osolite i uvaljajte u brašno. Na ulju samo malo ispržite luk, pa dodajte koljenicu i okrećite je da sa svih strana dobije lijepu boju. Zalijte polovicom vina, osolite, popaprite i pirjajte da meso napola omekša**, onda dodajte očišćeno i usitnjeno povrće pa dalje pirjajte. Meso onda izvadite, u povrće dodajte preostalo vino u kojem ste razmutili brašno pa prokuhajte da se sok zgusne. Prije posluživanja dodajte nasjeckani zeleni peršin, a umak prelijte preko koljenice.*

****SAVJET:** to je jelo najbolje pripremiti u ekspres loncu. Propržite luk i meso u loncu, zalijte vinom, poklopite i pirjajte 30 minuta (vrijeme se uvijek računa od pojave pare na ventilu), onda maknite lonac s vatre, pričekaite da se malo ohladi, otvorite ga i dodajte povrće. Ako treba, nalijte još malo vode. Poklopite i kuhajte još 20 minuta. Dalje postupite prema gornjem receptu. Jelo u ekspres loncu bit će naročito ukusno.

RUČAK: rezanci sa mljevenim mesom, miješana salata.

VEČERA: kajgana, sladoled od malina*

SLADOLED OD MALINA*

PRIPREMITE: 1/4 slatkog vrhnja, 1/2 punomasnog mlijeka, 6 žumanjaka, 19 dag kristal šećera, 2 paketića vanilin šećera, 25 dag malina.

*Stavite slatko vrhnje u hladnjak da se dobro ohladi, a mlijeko pristavite da zakipi. Tucite žumanjke s običnim i vanilin šećerom, pa u tu mješavinu polako ulijevajte toplo, ali ne kipuće mlijeko. Kuhajte na pari i miješajte. Krema ne smije provreti, maknite je s vatre čim se dobro zgusne. U ohlađenu kremu dodajte tučeno slatko vrhnje i zgnječene maline. Ulijte u metalnu posudu i stavite u najhladniji dio hladnjaka (frizer) da se smrzne**.*

****SAVJET:** pripremite sladoled dan ranije kako bi se mogao dobro smrznuti. U receptu su predviđena velika jaja, pa ako imate manja, radije dodajte jedan žumanjak više. Važno je da sladoled radite u sasvim čistim posudama, da sve pažljivo mjerite i držite se danih količina sastojaka. Mlijeko mora provreti kako bi se uništile bakterije, a sladoled pripremite što prije da se ne bi razmnožile nove. Dok se sladoled stvrdnjava u frižideru, povremeno ga miješajte da se ne bi stvorili kristalići.

RUČAK: kotleti na roštilju ili vrućoj ploči**, salate, dinja.

VEČERA: čajni kolači, ledena kava*.

LEDENA KAVA*

(slika 9)

PRIPREMITE: za svaku čašu: 1,5 dl vrlo jake kave, 2 žlice sladoleda od vanilije, 1 žlicu tučenog slatkog vrhnja, nekoliko nasjecanih badema za ukras.

Kavu skuhaite barem 1 sat ranije da bi se mogla dobro ohladiti u hladnjaku. Može biti prava turska (tada je morate prije upotrebe procijediti da bude bez mrvica od taloga) ili instant. U hladnjaku rashladite i sve druge sastojke, a također i čaše. Prije posluživanja u svaku čašu stavite najprije sladoled, zalijte kavom na vrh stavite tučeno slatko vrhnje i pospite bademima.

****SAVJET:** toplinu ploče ili tavice na kojoj namjeravate pržiti bez masnoće meso, čevapčice ili ribe možete provjeriti tako da kapnete malo vode. Ako se kap pretvori u kuglicu nalik na biser, temperatura je najbolja. Ako se smjesta ispari, ploča je prevruća, a ako se kap razlije i dugo se ne ispari, znači da je temperatura još preniska.

RUČAK: podlanica s dagnjama*, kuhani krumpir, salata, voćna torta**.

VEČERA: torta, piće „Ružica“ (pogledajte 7. VII).

PODLANICA S DAGNJAMA*

PRIPREMITE: 1 podlanicu (oradu) tešku 1 do 1,20 kg, 15 dag račića, 1/2 l dagnji, 5 rajčica, 2 glavice luka, 1 limun, ulje, 4 dl vina, lovor, ružmarin, majčinu dušicu, sol, papar.

Narežite luk i poslažite ga u nauljeni lim. Ribu dobro očistite, operite, obrišite. Posolite je, pa joj u trbušnu šuplinu smjestite grančicu ružmarina i list lovora. Polegnite ribu na luk, oko nje poslažite narezane rajčice, očišćene račiće i čitave dobro oprane dagnje. Osolite, popaprite i zalijte vinom. Pecite 25 minuta u pećnici na jakoj vatri, a prije posluživanja dodajte limun narezan na kolutove

****SAVJET:** krema za tortu svake vrste bit će rahlija i ukusnija ako dio maslaca zamijenite tučenim slatkim vrhnjem.

RUČAK: popečci s kukuruzom*, pirjana keleraba, sladoled.

VEČERA: prženi patlidani, salata, voće.

POPEČCI S KUKURUZOM

(slika 11)

PRIPREMITE: 1 šalicu brašna, 1 žličicu praška za pecivo, 1 žličicu soli, 1/2 žličice mljevene crvene paprike, 2 šalice skuhanog i osušenog zrnja mladog kukuruza, 2 žutanjka, 1 šalicu vrhnja, ulje za prženje.

*Pomiješajte brašno, prašak za pecivo, sol i papriku. Dodajte kukuruz**, žumanjke i vrhnje, pa sve dobro promiješajte. Na kraju umiješajte snijeg od bjelanjaka. Zagrijte ulje u dubljoj tavi i kad se zagrije, žlicom grabite smjesu i spuštajte u ulje. Ispržite s obje strane da bude zlatnožuto.*

****SAVJET:** zrnje kukuruza može se vrlo dobro spremati za zimu. Možete ga skuhati u staklenkama — kako zrnje, tako i polovice klipova mladog kukuruza. Jednako se lijepo mogu i duboko smrznuti.

RUČAK: lonac s graškom (pogledajte 12. VII), pohani fileki.

VEČERA: hladni naresci, bola od bresaka*.

BOLA OD BRESAKA*

PRIPREMITE: 12 lijepih bresaka, 50 dag šećera, 2 litre bijelog finog vina, 1/3 litre pjenušavog vina, 1/2 limuna**.

Breskve ogulite, prerežite napola, izvadite im koštice, stavite ih u vrč. Pospite šećerom, zalijte limunovim sokom i vinom. Neka piće stoji u hladnjaku nekoliko sati. Prije posluživanja dodajte pjenušavo vino i kockice leda.

****SAVJET:** ako preostalu polovicu limuna nećete uskoro potrošiti, možete ga sačuvati da se ne zasuši ovako: prerezanom polovicom stavite ga na tanjurić, pokrijte čašom ili zdjelicom, pa stavite u hladnjak.

RUČAK: prženi krumpir, punjene rajčice „Mediteran“*, zelena salata.

VEČERA: čupava pita** s nektarinama (pogledajte 29. VIII), mlijeko.

PUNJENE RAJČICE „MEDITERAN“*

(slika 10)

PRIPREMITE: 8 rajčica srednje veličine, 1,5 dl nasjeckanog zelenog peršina, 1 žličicu nasjeckanog bosiljka, sol, papar, 1/4 l svježih mrvica od bijelog kruha, 2 režnja češnjaka, 3/4 dl maslinovog ulja.

Prorežite rajčice popola, izdubite ih malo i osolite. Obrnite ih da se ocijede. U međuvremenu mrvicama dodajte peršin, usitnjeni i zgnječeni češnjak, bosiljak, sol, papar i toliko ulja da dobijete gustu smjesu. Njome napunite rajčice, poslažite ih na nauljeni lim i stavite u zagrijanu pećnicu. Neka se peku dvadesetak minuta na 200—225°. Odmah poslužite.

****SAVJET:** ako se kolač teško vadi, okrenite lim naopačke pa na dno stavite mokru krp.

RUČAK: lonac od teletine s povrćem (pogledajte 21. I), lubenica.
VEČERA: salata s tunjevinom*.

SALATA S TUNJEVINOM*

PRIPREMITE: 1 konzervu tunjevine, zelenu papriku, 10 dag rajčica, listić od celera i peršina, 1 glavica luka, malo majoneze, sol, papar, 6 žlica kuhane riže**, ulje, 3 tvrdo kuhana jaja, 1 krastavac, nekoliko listova zelene salate.

Otvorite konzervu tunjevine, meso dobro ocijedite od ulja i zgnječite ga vilicom. Dodajte sol, papar, nasjeckani luk, peršin i celer, papriku narezanu na rezance, usitnjene oguljene rajčice i narezani krastavac. Začinite majonezom, a po želji možete i zakiseliti. Na kraju umiješajte i rižu. Zdjeli dno i stranice obložite zelenom salatom, uspite mješavinu i ukasite narezanim tvrdo kuhanim jajima.

****SAVJET:** salate koje služe kao kompletan obrok, obično uz meso i povrće, sadrže rižu ili tjesteninu. U salatu umiješajte mlaku rižu — bolje će primiti mirise.

RUČAK: juha od mrkvice s narezanim hrenovkama, krpice sa kupusom.

VEČERA: pastrve sa šunkom*, pire od krumpira, zelena salata.

PASTRVE SA ŠUNKOM*

PRIPREMITE: 4 manje pastrve, 4 veća odreska šunke, 1 dl bijelog vina, pola limuna, sol, papar, 20 dag gljiva, malo vrhnja, ulje.

*Očistite pastrve, omotajte ih šunkom pa polako pržite na ulju**. Podlijevajte vinom i limunovim sokom, onda dodajte narezane gljive, osolite, popaprite i pirjajte još desetak minuta. Zalijte vrhnjem i poslužite.*

****SAVJET:** neugodan miris od prženja obično se proširi po cijeloj kući. Suzbit ćete ga tako da na zagrijanu plohu štednjaka pospete malo cimeta. Taj će miris „pokriti“ miris zagrijane masnoće, pa će biti dovoljno stan dobro prozračiti.

RUČAK: biftek na roštilju*, kuhani mladi kukuruz i paprike na salatu, savijača od šljiva.

VEČERA: burek, jogurt.

BIFTEK NA ŽARU*

(slika 19)

PRIPREMITE: po osobi odrezak bifteka debeo 2,5 cm, sol, papar, ulje.

*Amerikanci, koji luduju za pečenjem na roštilju, najradije nad žeravicu stavljaju svoje i inače omiljeno meso — biftek. Ako ga želite ispeći na američki način, tada ga narežite na komade debele 2,5 cm, pa ispecite da iznutra bude više ili manje krvav, ili sasvim pečen. Najbolje ćete peći na dobro razgorjeloj žeravici kojoj je već gornji sloj sivkast, jer se počeo pretvarati u pepeo. Na prejakoj vatri meso će pougljeniti. Vrijeme prženja je teško odrediti, ali možete računati otprilike 3—4 minute s obje strane za krvavi biftek, 4—5 za jače sirov iznutra, 5—6 minuta za srednje ispečen i 8—9 za skroz ispečen**. Meso prije malo nauljite, a isprženo solite i paprite.*

****SAVJET:** biftek je izvrstan ako ga, za razliku od Amerikanaca, narežete vrlo tanko, istučete, nauljite i sasvim kratko pečete na žeravici.

RUČAK: srdele na roštilju**, miješana ljetna salata*, pitice od jabuka (pogledajte 13. X).

VEČERA: hrenovke, mlijeko.

MIJEŠANA LJETNA SALATA*

(slika 20)

PRIPREMITE: 60 dag rajčica, 2 velike zelene paprike, 20 dag gljiva, 2 kiselkaste jabuke, 2 žlice nasjeckanog luka, 4 žlice ulja, 1 žlicu limunovog soka, sol, papar, zeleni peršin i celer.

Rajčice operite i narežite, tako postupite i s paprikama. Jabuke ogulite i naribajte. Pomiješajte to sve još i s lukom, pa začinite uljem i limunom, osolite, popaprite. Umiješajte nasjeckani zeleni peršin i celer.

****SAVJET:** svežite grančicu ružmarina, majčine dušice i drugih začinskih trava u svežnjić, zamačite ga u ulje i tako premazujte ribe dok se peku. Na taj će način ribe dobiti miris po bilju, ali umjeren.

Slika 21

U vrtu ili na balkonu uživat ćete i u zraku i u dobroj hrani. Lijevo: miješani ražnjići (30. VII) i desno: „torta“ sa sladoledom (29. VII).



Slika 22

Namirnice će mirise najbolje upiti ili pak (ako je potrebno) izgubiti u rasolu (marinadi). To je obično mješavina kiselkaste tekućine i začina, ali ne mora uvijek biti tako — uvjerite se sami! Sasvim lijevo: govedina u crnom vinu (pogledajte 8. X), u sredini naprijed: dimljena riba u limunu i ulju (4. IX), sasvim desno: riba u luku (14. X) i desno gore: marinirani patlidani (18. IX).



RUČAK: rolada od špinata (pogledajte 9. III), razne salate, kajsi-
je.

VEČERA: talijanski tanjur*, jogurt.

TALIJANSKI TANJUR*

(slika 16)

PRIPREMITE: pržene srdele (od prethodnog dana), 15 dag
ementalera**, 15 dag salame, vezicu rotkvica, nekoliko rajčica,
brzo ukiseljene krastavce, limun.

Ovo je odlična improvizirana večera: srdele preostale od prethodnog dana nakapajte limunovim sokom, povrće operite, a salamu i sir narežite. Povrće samo osolite, pa sve zajedno poslažite na tanjur. Uz to po želji možete poslužiti senf, majonezu ili neki drugi pikantni hladni umak.

****SAVJET:** tvrdi sir (osobito ako ga po vrućini morate držati u hladnjaku) lijepo ćete narezati nožem koji ste namastili uljem.

RUČAK: varivo od špinata**, pire od krumpira, jaja na oko, ledena čokolada*.

VEČERA: švedski hladni kotleti (pogledajte 4. VIII).

LEDENA ČOKOLADA*

(slika 12)

PRIPREMITE: 1/4 l mlijeka, 3 žumanjka, 10 dag šećera, 10 dag čokolade, sladoled, malo čokolade za ukras.

Žumanjke pomiješajte sa šećerom, dodajte naribanu čokoladu i mlijeko, pa tucite na pari da se zgusne. Stavite u hladnjak da se dobro ohladi. U rashlađene čaše stavljajte skuhanu čokoladu, komade sladoleda i na vrh komadiće čokolade.

****SAVJET:** vodi u kojoj kuhate špinat dodajte osim soli i malo šećera, pa će izgubiti okus po zemlji i uopće varivo će kasnije biti ukusnije.

RUČAK: mljeveni odresci** s vlascem (pogledajte 6. V), varivo od mahuna.

VEČERA: špageti i sicilijanski umak*, sladoled.

SICILIJANSKI UMAK*

(slika 18)

PRIPREMITE: 3 dl talijanskog umaka od rajčica (pogledajte 30. VIII), 1 svježju zelenu papriku, 1 žlicu maslinova ulja, 5 dag crnih maslina, 2 režnja češnjaka, 2 riblja fileta (ringlica), 1 žlicu nasjecanoga zelenog peršina, malo divlje mažurane (origana), sol, papar.

Vrlo sitno nasjeckajte papriku i ispržite je u maslinovu ulju. Maslinama povadite koštice, nasjeckajte ih i dodajte paprikama. Riblje filete operite i narežite, usitnite češnjak, pa to i sve druge sastojke dodajte na ulje, zalijte umakom od rajčica i kuhajte desetak minuta.

****SAVJET:** mljeveni odresci bit će laganiji ako im dodate 2—3 skuhanu i protisnuta (propasirana) krumpira.

RUČAK: krem juha sa hrenovkama*, okruglice sa šljivama.
VEČERA: naglo pržena jetra, salata od mahuna.

KREM JUHA SA HRENOVKAMA*

PRIPREMITE: 25 dag mladog graha, 2 svinjske nožice, 1 teleću kost, sol, papar, 3 glavice luka, po jedan svežnjić celerovog i peršinovog lišća, 2 mrkve, 6 hrenovki.

*Očistite i narežite sve povrće (osim zelenog peršina) pa pristavite kuhati sa nožicama i kostima. Kada sve bude mekano, kosti i nožice izvadite, povrće protisnite (propasirajte), osolite, popaprite. Vratite na vatru. Juha mora biti gusta poput kreme. Dodajte narezane hrenovke i prokuhajte ih**. Prije posluživanja pospite nasjeckanim zelenim peršinom.*

****SAVJET:** hrenovke je najjednostavnije skuhati i poslužiti s naribanim hrenom ili senfom, ali one su izvrstan dodatak raznim jelima od juhe do salate. Možete ih umiješati u salatu od krumpira, graha, kupusa ili drugog. Možete ih i pržiti omotane u lisnato tijesto ili suhu slaninu. Možete ih prerezati po duljini, u prerez staviti štapić tvrdoga sira, omotati suhom slaninom pa ispržiti na roštilju.

RUČAK: rižoto od škampa**, salata od paprika, voće.
VEČERA: nabujak od kukuruza*, ledena limunada (pogledajte 3. VIII).

NABUJAK OD KUKURUZA*

(slika 11)

PRIPREMITE: 2 žlice maslaca ili margarina, 2 žlice brašna, 1 šalicu mlijeka, 2 šalice skuhanog i osušenog zrnja mladog kukuruza, 1 šalicu naribanog sira, sol, papar, 3 jaja.

Otopite u loncu maslac, ali se ne smije pregrijati. Dodajte brašno, miješajte i zalijte mlijekom. Dalje miješajte na vatri da dobijete glatki, gusti umak. Maknite s vatre. Osolite, popaprite, dodajte kukuruz, sir i stučene žumanjke. Na kraju dodajte čvrsti snijeg od bjelanjaka. Namastite dublju vatrostalnu posudu ili kalup, ulijte smjesu i stavite u zagrijanu pećnicu. Pecite oko 40 minuta na 350° i odmah poslužite.

****SAVJET:** nemojte baciti vodu u kojoj ste skuhalo škampe za rižoto, već njome podlijevajte rižu.

RUČAK: palačinke za izlet (pogledajte 9. VIII), salate, lubenica.

VEČERA: rajčice punjene** šunkom i majonezom, voćna bola*.

VOĆNA BOLA*

(slika 9)

PRIPREMITE: razno voće (ovisno o godišnjem dobu), šećera u prahu ovisno o slatkoći voća, narančin sok, limunov sok i led.

Za svaku čašu računajte po 1 dl usitnjenog voća, 1 dl bijelog vina, 1/2 dl narančinog soka, limunovog prema ukusu. Voće očistite, usitnite, pošećerite, zalijte narančinim i limunovim sokom, a na kraju i vinom. Provjerite treba li još šećera (ako je premalo slatko) ili limunova soka (ako je preslatko ili bljutavo). Neka stoji najmanje tri sata u hladnjaku. Rashladite i čaše. U svaku čašu stavite podjednako voća i soka, a dodajte i kockice leda.

****SAVJET:** u dnu izdubljenih rajčica neće se skupljati sok i kvariti okus nadjevu ako postupite ovako: izdubljene rajčice iznutra osolite, okrenite i pustite da se cijede 15 minuta.

RUČAK: pomorski ražnjići*, salate, pita s breskvama (pogledajte 8. VIII), dinja.

VEČERA: pita, mlijeko.

POMORSKI RAŽNJIĆI*

(slika 19)

PRIPREMITE: 16 očišćenih škampi, 12 lijepih gljiva, 2 režnja češnjaka, 4 vrlo tvrde rajčice, nekoliko ukiseljenih maslina, 6 žlica ulja, majčinu dušicu, sol i papar.

*Škampe i gljive naizmjenice natakните na ražnjiće, natopite uljem i ispecite na roštilju. Pospite sitno nasjeckanim zelenim peršinom i češnjakom, zgnječenom majčinom dušicom, osolite, popaprite. Poslužite s maslinama**.*

****SAVJET:** ražnjići će biti ukusniji ako ih namažete maslinovim uljem. Ako želite da budu brže prženi, škampe ranije prokuhajte u osoljenoj vodi. Ražnjiće na roštilju neprekidno okrećite da budu posvuda jednako pečeni. Gljive možete izostaviti ako ih ne volite.

RUČAK: andaluška tortilja*, zelena salata.

VEČERA: palačinke i sladoled.

ANDALUŠKA TORTILJA*

PRIPREMITE: 2 jaja, 1 zelenu papriku, 1 veću rajčicu, režanj češnjaka, 5—6 odrezaka kobasica, 1 glavicu luka, 2 žlice maslinovog ulja, sol, papar, malo šafrana u prahu (nije obavezno).

*Očišćenu papriku narežite na kockice, rajčicu na što manje komade. Nasjeckajte luk i češnjak. Pržite povrće na ulju da dobije boju, pa dodajte na kockice narezanu kobasicu. U šalici stucite jaja, umiješajte sol, papar i šafran. Prelijte to preko povrća i polako pržite. Nemojte miješati, tako da dobijete nešto nalik na palačinku**.*

****SAVJET:** tortilja je tipično španjolsko jelo, rašireno i u Južnoj Americi. Sastav može biti vrlo različit: u Kastiliji stavljaju kockice narezanog krumpira a izostavljaju papriku. Vrste povrća mijenjaju se ovisno o godišnjem dobu, a ponegdje se dodaje i kukuruzno brašno. Umjesto kobasica može se dodati šunka ili meso.

RUČAK: naglo pržena jetra, mahune s isprženim mrvicama.

VEČERA: čupava pita s nektarinama*, mlijeko.

ČUPAVA PITA S NEKTARINAMA*

(slika 15)

PRIPREMITE: za tijesto: 30 dag brašna, 20 dag maslaca ili margarina, 10 dag šećera, malo soli, 1 žumanjak, 2 žlice mlijeka, 2 žlice vina; nadjev: 3/4 kg nektarina ili bresaka, 2 žlice limunova soka, 15 dag šećera, 6 dag groždica, malo ruma; 3 dag šećera u prahu za posipavanje.

*Oprane nektarine spustite po 3—4 zajedno u kipuću vodu, odmah izvadite. Lako ćete ih oguliti. Očistite ih od koštica i narežite na komadiće. Pošećerite ih i navlažite limunovim sokom. Groždice navlažite rumom** ali umjereno, samo da dobiju miris. Zamijesite tijesto: smrvite brašno s maslacem, dodajte ostale sastojke. Odvojite polovicu tijesta i stavite u najhladniji dio hladnjaka (frizer) ili u škrinju za duboko smrzavanje da se tijesto sasvim ukruti. Prvu polovicu razvaljajte i njome pokrijte dno i stranice kalupa. Ispecite napola. Onda na dno poslažite groždice, na to nektarine. Ono smrznuto tijesto naribajte na ribež za jabuke, pa time pokrijte pitu. Pospite šećerom i ispecite do kraja.*

****SAVJET:** ako za kolače češće upotrebljavate groždice, stavite ih u staklenku i prelijte rumom. Dobro zatvorite. Tako će odmah biti spremne za kolač, a s mirisom ruma su ukusnije.

RUČAK: špageti** s talijanskim umakom od rajčica*, riba lešo.
VEČERA: kuhani mladi kukuruz.

ŠPAGETI S TALIJANSKIM UMAKOM OD RAJČICA*

(slika 18)

PRIPREMITE: (za 6—8 osoba) 80 dag špageta, 1 žlicu ulja, 5 dag maslaca ili margarina; za umak: 2 žlice ulja (po mogućnosti maslinovog), glavicu luka, vezicu peršina i bosiljka, 1/2 korijena celera, 1 korijen peršina, 1 kg rajčica, 1 list lovora, malo majčine dušice, sol, papar, sasvim malo šećera, po želji sasvim malo crnog vina.

Sitno nasjeckajte luk, a celer i mrkvu naribajte na najsitniji ribez, pa stavite pirjati na ulje. Rajčice ogulite, očistite od sjemenki i usitnite, pa dodajte zajedno sa svim drugim nabrojenim sastojcima. Pirjajte, miješajući povremeno, 3/4 sata, ako treba i dulje. Povadite lovor, grančicu ružmarina i drugo što smeta. Skuhajte špagete u vodi kojoj ste dodali sol i ulje, dobro ocijedite i zamastite s margarinom narezanim na listiće.

****SAVJET:** kad kuhate tjesteninu, povrće ili ribu, imajte na umu da će uzavreti dva puta brže ako lonac poklopite.

RUČAK: piletina s paprikama (pogledajte 1. VII), salata od mahuna**.

VEČERA: riblja salata*, sladoled.

RIBLJA SALATA*

(slika 16)

PRIPREMITE: šalicu usitnjene kuhane ribe, šalicu zrnja kuhanog mladog kukuruza, konzervu račića, 2 crvene paprike, 2 tvrdo kuhana jaja, srce od zelene salate, maslinovo ulje, vinski ocat, malo ružmarina, sol, papar.

Sastojke za ovu salatu djelomično pripremite dan ranije: skuhaite malo više ribe i mladog kukuruza, pa spremite. Tada pomiješajte ribu i kukuruz sa račićima (nije obavezno), kockicama paprike, uskim rezancima zelene salate i kriškama tvrdo kuhanih jaja. Dodajte sasvim malo usitnjenih listova ružmarina, začinite octom i uljem, provjerite treba li soli i papra.

****SAVJET:** kad već kuhate mahune možete ih u većoj količini blanširati za duboko smrzavanje. Ako ih spremate u plastičnim vrećicama tada iz njih ustima isišite zrak, da posve prionu uz stijenke mahuna. Brže će se smrznuti i zauzimati će manje mjesta.

RUČAK: juha od povrća, musaka od krumpira**, salata od rajčice, luka i paprike.

VEČERA: omlet s gljivama*, mlijeko.

OMLET S GLJIVAMA*

(slika 13)

PRIPREMITE: 5 jaja, ulje i maslac, sol; 20 dag gljiva, 1 glavica luka, 1 dag zelenog peršina, 8 dag maslaca, 2 dag brašna, malo juhe, sol.

Nasjeckajte luk i zažutite ga na maslacu. Dodajte oprane i na listiće narezane gljive. Pirjajte ih da omekšaju, onda ih pospite brašnom i miješajte da brašno porumeni. Zalijte juhom, posolite, dodajte nasjeckani zeleni peršin i još dobro prokuhajte. Posebno istucite jaja, osolite ih i dodajte žlicu otopljenog maslaca. Zagrijte malo ulja u velikoj tavici, ulijte smjesu i pecite omlet — tj. jaja nemojte miješati, već tavicu neprekidno tresite da se omlet ne priljepe za dno. Gornji sloj jaja mora ostati mekan, a omlet se peče samo s jedne strane. Još dok je u tavici stavite nadjev od gljiva, preklopite ga i prebacite na zagrijani pladanj. Ukrasite kobasicama i narezanim paprikama.

****SAVJET:** musaka, kao i sva druga složena jela, pecite pokrivena aluminijskom folijom. Tek na kraju je skinite i pojačajte vatru da bi se stvorila tamnija kora.

RUČAK: punjene paprike, pire od krumpira.

VEČERA: pečenice na roštilju**, salata, ledeni čaj*.

LEDENI ČAJ*

(slika 9)

PRIPREMITE: za 1 čašu: 1,5 dl skuhanog čaja, kolut limuna, kolut naranče, žličicu limunovog soka, led, šećer, po želji rum ili neko drugo alkoholno piće.

Skuhajte (nekoliko sati unaprijed) dosta jaki čaj, zašećerite ga i stavite u hladnjak da se dobro ohladi. Isto tako u hladnjak stavite sve ostale sastojke i čaše u kojima ćete poslužiti. Prije posluživanja dodajte limunov sok i rum, a zatim u svaku čašu po kolut limuna i naranče, te 3—4 kockice leda.

****SAVJET:** ako zajedno pečete vrlo ljute i manje ljute kobasice, onda u one prve ubodite prije pečenja pola čačkalice da biste ih poslije mogli razlikovati.

RUČAK: pljeskavice u foliji*, salate, osinja gnijezda (pogledajte 19. I).

VEČERA: jabuke pržene u tijestu.

PLJESKAVICA U FOLIJI*

PRIPREMITE: 60 dag mljevenog mesa, 1 žličicu nasjeckanih začinskih trava (peršin, vlasac, ružmarin i druge, prema ukusu), 1 žličicu senfa, 2 žlice ulja, nekoliko feferona**, 3 rajčice, sol, aluminijsku foliju.

Sasvim sitno nasjeckajte feferone i rajčicu, pa ih zajedno sa svim drugim začinima i uljem umiješajte u meso. Oblikujte 4 veće pljeskavice, svaku zamotajte u nauljeni komad folije i pecite sa svake strane po 5 minuta. Onda ih odmotajte, pa još malo popržite da dobiju koricu.

****SAVJET:** budite oprezni s feferonima da pljeskavice ne budu preljute. Na roštilju možete istodobno ispržiti i 4 komada kruha pa na njima poslužiti pljeskavice.

RUČAK: varivo od mahuna s kobasicama, šljive.

VEČERA: dimljena riba u limunu i ulju*, proprženi kruh.

DIMLJENA RIBA U LIMUNU I ULJU*

(slika 22)

PRIPREMITE: za rasol: glavicu luka, 2 limuna, 3—4 lovorova lista, 1 žlicu gorušice, 1/2 l ulja; dimljene razne ribe**.

Luk narežite na kolutove, naribajte limunu koru i iscijedite sok, dodajte druge sastojke za rasol i prelijte preko ribe. Neka stoji 24 sata; ribu često okrećite. Poslužite dobro rashlađeno.

****SAVJET:** slično možete marinirati i usoljenu ribu, kojoj prvo odstranite suvišnu sol. Voćni sokovi, u prvom redu limunov, imaju dovoljno kiseline da mogu omekšati meso ako se moči dovoljno dugo. Dobar je i grejp, svježe rajčice, kisele i drugo povrće, koje pomiješajte s vinom i octom, ali ni to uvijek nije potrebno. Marinada s limunovim sokom djeluje kao da se kuha meso ili riba. Švedani na primjer mnoge ribe stave sirove u marinadu s vinskim octom ili limunovim sokom i drže ih dok ne omekšaju.

RUČAK: istarska maneštra*, breskve.

VEČERA: okruglice sa šljivama, mlijeko.

ISTARSKA MANEŠTRA*

(slika 11)

PRIPREMITE: 20 dag crvenoga graha, 30 dag krumpira, 20 dag zrnja mladog kukuruza, 10 dag suhe slanine, kost od pršuta, 5 dag luka, 2 dag češnjaka, po potrebi ukuhane rajčice, vinskog octa, soli i papra.

*Grah namočite dan ranije. Kost od pršuta posebno skuhaite, vodu kušajte koliko je slana, pa je ovisno o tome dodavajte u manjoj ili većoj količini u jelo. Pristavite grah da se kuha, a posebno pomiješajte sitno nasjeckanu suhu slaninu i usitnjeni češnjak, pa taj „pešt“ dodajte grahu. Također dodajte usitnjeni luk. Kad je grah upola skuhan, dodajte mu zrna kukuruza. Krumpir ogulite, narežite na kockice i dodajte u jelo kad je grah gotovo sasvim mekan. Kad sve bude mekano provjerite treba li još soli, dodajte papar, ukuhanu rajčicu, octa po ukusu, da dobije specifičan okus**.*

****SAVJET:** umjesto kukuruza u maneštru se u Istri ponekad stavlja biljka koromač, čime jelo dobije poseban okus.

RUČAK: pile s limunom*, valjušci od krumpira, salata od cvjetače, puding sa tučenim slatkim vrhnjem**.

VEČERA: zapečene talijanske palačinke (pogledajte 7. X), zelena salata.

PILE S LIMUNOM*

PRIPREMITE: 1 pile, 2 glavice luka, 2 dl bijelog vina, 2 dl juhe, 2 limuna, sol, papar, lovorov list, po želji malo šećera, ulje, malo brašna.

Pile očistite i narežite. Luk očistite, nasjeckajte, malo propržite na ulju pa dodajte piletinu. Kad dobije boju, pospite brašnom, zalijte vinom i juhom, dodajte lovor i dobro oprani, na kolutove narezani limun. Posolite, popaprite, dodajte ako želite malo šećera. Pirjajte 30 minuta.

****SAVJET:** ako se dogodi da uzalud tučete slatko vrhnje — neće se pretvoriti u „šlag“, upotrijebite ga za izradu kreme: dodajte žumanjak, narišanu koru jednog limuna i žličicu škrobnog brašna. Skuhajte na pari da se zgusne. Rastočite u zdjelice i kad se ohladi, na površinu poslažite voće.

RUČAK: duveč, salata od krastavaca.

VEČERA: hrenovke, ekspresni voćni kolač*.

EKSPRESNI VOĆNI KOLAČ*

PRIPREMITE: 1 kupovnu podlogu za tortu, 1,5 kg bresaka, ukuhane trešnje, 1 puding koji se priprema bez kuhanja, malo ruma, tučeno slatko vrhnje.

*Oprane breskve raspolovite, izvadite im koštice i narežite ih na manje ploškice. Pripremite puding prema uputama na omotu i njime prekrijte dno torte**. Na puding posložite breskve i trešnje, pa sve ovlažite sokom od kompota (od trešanja), kojem ste dodali ruma. Ukrasite tučenim slatkim vrhnjem.*

****SAVJET:** kupovnu podlogu za tortu uvijek je dobro imati pri ruci. Možete je napuniti samo voćem ili samo pudingom ili nadjevom od sira. U svakom slučaju natopite je mlijekom, sokom od kompota ili kavom, osobito deblji vanjski rub.

RUČAK: varivo od buče (pogledajte 27. VII), pohani kruh.

VEČERA: govedina u hladetini*, salate, punjene kajsijsje.

GOVEDINA U HLADETINI*

PRIPREMITE: 1 kg lijepe govedine, 1 teleću kost (kao za juhu), 2 dl bijelog vina, papar, lovor, ružmarin, 1 kg mrkve, 1/2 l želatine.

*Govedinu kuhajte 1 sat s telećom nogom u osoljenoj vodi sa začima. Onda dodajte oguljenu i na tanke kolutove narezanu mrkvu, te želatinu. Nakon četvrt sata maknite s vatre i tekućinu procijedite. U limeni kalup ulijte malo tekućine pa stavite u hladnjak da se dobro stvrdne. Zatim naizmjenice složite redove narezanog mesa i mrkve. Svaki red zalijte juhom i stavite u hladnjak da se stvrdne, pa tek onda složite slijedeći red. Preostalu tekućinu zalijte na vrh i stavite kalup u hladnjak**. Prije posluživanja iskrenite hladetinu na pladanj i okružite je salatama.*

****SAVJET:** sva jela od hladetine treba načiniti dan ranije da se dobro ohlade i stvrdnu u hladnjaku. Prije posluživanja limeni kalup spustite na trenutak u toplu vodu, pa ćete hladetinu lako istresti.

RUČAK: čevapčići, riža**, pečene rajčice s ružmarinom*, lubenica.

VEČERA: naglo prženi odresci, salata od mladog poriluka, sladoled.

PRŽENE RAJČICE S RUŽMARINOM*

(slika 10)

PRIPREMITE: 6—8 rajčica, sol, papar, 2 žlice nasjeckanog peršina, 1 žlicu maslinovog ulja, sol, 2 režnja češnjaka, 1/2 žličice usitnjenog ružmarina.

Operite rajčice, odstranite im lišće, pa ih gore nekoliko puta zarežite poprijeko da biste dobili kratke, ali dosta duboke ureze. Pomiješajte začine s usitnjenim češnjakom, pa stavite u zareze rajčica. Nauljite ih, ispržite na roštilju ili ispecite u pećnici petnaestak minuta na 225—250°. Odmah poslužite.

****SAVJET:** kao prilog mesu s roštilja možete ponijeti skuhanu rižu u termo-posudi gdje će ostati mlaka, ako ne i vruća. Kad pržite čevapčiće, poslažite ih na rižu pa će u nju pustiti sok. Riža će se lijepo skuhati, a neće se slijepiti ako vodi u kojoj ćete je skuhati dodate malo octa. U kipuću vodu spustite rižu kao kišicu (da svako zrno pada zasebno i kuhajte je 2—5 minuta, ovisno o vrsti.

RUČAK: makedonski čevap (pogledajte 5. VII), zelena salata**, vijenac od riže i voća*.

VEČERA: kajgana sa suhom slaninom, mladi luk, jogurt.

VIJENAC OD RIŽE I VOĆA*

PRIPREMITE: 13 dag riže, 1/2 l mlijeka, malo soli, štapić vanilije, 7 dag šećera, 1 dl tučenog slatkog vrhnja, 2 grozda crnog grožđa, 6 bresaka, malo maslaca.

Spustite rižu u kipuću vodu i kuhajte samo 5 minuta. Ocijedite je i stavite u toplo mlijeko. Pristavite na vatru, dodajte vaniliju i malo soli. Poklopite i kuhajte na umjerenoj vatri 20 do 30 minuta. Pazite da ne prigori. Na kraju pošećerite. Pustite da se hladi. U mlaku rižu dodajte tučeno slatko vrhnje, očišćene bobice grožđa, narezane breskve. Kalup u obliku vijenca premažite maslacem, ulijte smjesu i stavite u hladnjak da se dobro stvrdne.

****SAVJET:** povenulu zelenu salatu potopite na nekoliko minuta u mlaku vodu pa će opet biti dobra.

RUČAK: pržena riba, kuhani krumpir, primorska salata od rajčica (pogledajte 28. VII).

VEČERA: krupica sa voćem*.

KRUPICA SA VOĆEM*

PRIPREMITE: 1/2 l mlijeka, 13 dag krupice (griza), 20 dag šećera, 5 dag samljevenih badema, 4 bjelanjka, malo soli; 35 dag voća po želji**, 15 dag šećera, 1 žličicu limunova soka.

U kipuće, malo osoljeno mlijeko uspite pomalo krupicu i kuhajte 15 minuta. Neprekidno miješajte. Dodajte šećer i kuhajte još 5 minuta. Maknite s vatre, umiješajte bademe, te snijeg od bjelanjaka. Uspite u metalni kalup da se hladi (lijepo je ako je u obliku vijenca). U međuvremenu očistite voće od koštica i izvažite ga (nemojte računati težinu neočišćenog voća). Narežite voće, pošećerite i prokuhajte. Ako je potrebno dodajte malo vode, jer voće mora u soku biti nalik na gusti kompot. Dodajte limunov sok i prelijte preko krupice.

****SAVJET:** sirovo poslužite samo besprijeckorno voće. No to ne znači da treba baciti ono koje se tek počelo malo kvariti ili je natučeno, djelomično potamnjelo ili s točkicama. S takvog voća odstranite pokvarene dijelove, pa ga narežite i upotrijebite za voćni kolač ili kompot.

RUČAK: fileki s povrćem*, voće.

VEČERA: štruklji**.

FILEKI S POVRĆEM*

PRIPREMITE: 1,5 kg fileka, 10 dag masti, 5 dag suhe slanine s mesom (carsko meso), 1 veliku glavicu luka, 80 dag zrelih rajčica, 3 peršinova korijena, 3—4 mrkve, 3/4 kg mladoga graha, sol, papar u zrnu, ribani sir parmezan.

Dobro oprane fileke kuhajte da budu mekani. Na masti ispržite nasjeckani luk i suhu slaninu narezanu na kockice. Dodajte usitnjene rajčice, na kockice narezanu mrkvu i peršin, te očišćeni grah. Kuhajte da bude gotovo mekano. U međuvremenu narežite fileke na rezance pa ih dodajte u umak. Osolite ga i popaprite. Kuhajte još 15-ak minuta. Poslužite s ribanim parmezanom.

****SAVJET:** vodi u kojoj su se kuhale štruklje dodajte začine (mljevenu crvenu papriku, kiselo vrhnje, zeleni peršin) i dobit ćete ukusnu juhu.

RUČAK: povrće punjeno na talijanski način*, kup sa crnim groždem (pogledajte kup s borovnicama, 25. VII).

VEČERA: torta od makarona (pogledajte 6. II), salata.

POVRĆE PUNJENO NA TALIJANSKI NAČIN*

(slika 23)

PRIPREMITE: 6 zelenih paprika, 30 dag mljevena mesa, zeleni peršin, ulje, 1 jaje, malo češnjaka, 1 crvenu papriku, 2 šalice kuhinog zrnja od kukuruza, sol, papar, ribani sir, 3 dag maslaca, 2 velike glavice luka, 2 velike tvrde rajčice.

*Zelenim paprikama odrežite vrh i izdubite sredinu. Paprike i luk spustite na nekoliko trenutaka u kipuću slanu vodu. Poslažite ih u nauljenu vatrostalnu posudu. Rajčice izdubite pa i njih stavite u istu posudu. U meso umiješajte: nasjeckani češnjak, kukuruz, crvenu papriku narezanu na kockice, sol, papar, nasjeckani zeleni peršin i sir. Time napunite paprike, luk i rajčice, na svaku stavite komadić maslaca. Pecite u pećnici otprilike pola sata**. Uz jelo poslužite talijanski umak od rajčica (pogledajte 30. VIII).*

****SAVJET:** to je malo osvježeno od običajenih punjenih paprika s umakom od rajčica. Povrće možete napuniti i nasjeckanim ostacima pečenog mesa koje pomiješajte sa bešamel-umakom.

RUČAK: gulaš s povrćem, špageti**, voće.

VEČERA: engleska pita s rajčicama*.

ENGLESKA PITA S RAJČICAMA*

(slika 10)

PRIPREMITE: za tijesto: 12,5 dag maslaca ili margarina, 3 dl brašna; za nadjev: 4—7 rajčica, 1/2 dl ulja, 1,5 dl svježe naribanog sira, 2—3 glavice luka, 1/2 dl pirea od rajčica, sol, papar.

Zdrobite margarin s brašnom u jednolične mrvice, dodajte 4 žlice hladne vode i zamijesite tvrdo tijesto. Stavite ga da stoji u hladnjaku najmanje jedan sat. U međuvremenu ogulite rajčice tako da ih gore zarežete i potopite na trenutak u kipuću vodu. Kožu ćete lako oguliti. Luk očistite i narežite samo na rezance, ali što tanje. Zagrijte ulje i na njem malo popržite luk koji ne smije potamnjati. Dodajte rajčice i pirjajte ih nekoliko minuta. Onda dodajte ukuhane rajčice, osolite, popaprite. Maknite s vatre i umiješajte sir. Tijesto razvaljajte i njime prekrijte dno i stranice plitkog, okruglog kalupa. Ostavite mali dio. U udubljenje stavite nadjev od rajčica, od preostalog tijesta načinite rezance i njima ukrasite pitu. Pecite je 25—30 minuta u zagrijanoj pećnici na 225°. U nadjev možete staviti nasjeckane šunke.

****SAVJET:** ako želite skuhati špagete tako da ostanu sasvim cijeli, dugački kao kupljeni, tada zagrijte vodu u limu za pečenje, pa kad zavrije, u nju samo potopite špagete pazeći da se ne slijepe.

RUČAK: juha od boba*, pljeskavice u foliji (pogledajte 3. IX), salata, pita od jabuka.

VEČERA: provansalska salata (pogledajte 2. VIII), voćna salata.

JUHA OD BOBA*

PRIPREMITE: 1/2 kg mladoga boba**, 5 dag masti, celerovo lišće, 1 litru juhe (može koncentrat), stari kruh, zeleni peršin.

Očišćeni bob skuhaite sa što manje vode i s celerom. Osolite ga. Skuhani bob protisnite (propasirajte) i razrijedite juhom. Neka još malo vrije. Stari kruh narežite na kockice, i ispržite na masti. Prije posluživanja juhi dodajte kockice kruha i mnogo nasjeckanoga zelenog peršina.

****SAVJET:** bob se danas dosta malo jede, najviše zimi suh, a mladi je prava delikatesa. Možete ga kuhati, pirjati i pripremati na sve načine kao i grašak. Svjež i suh bob također je vrlo hranjiv.

RUČAK: orijentalna pileтина na roštilju*, salata od mahuna, lubenica.

VEČERA: okruglice sa šljivama.

ORIJENTALNA PILETINA NA ROŠTILJU*

(slika 19)

PRIPREMITE: 12 pilećih bataka; za rasol (marinadu): 1,5 dl ulja, 1,5 dl bijelog vina, sol, papar, malo curryja, limunove koricice.

*Pomiješajte sve sastojke za marinadu i u nju spustite piletinu**. Neka stoji najmanje dva sata; često okrećite. Za prženje ćete trebati srednje jaku žeravicu. Dok pržite često okrećite batake tako da posvuda budu podjednako ispečeni; premazujte ih marinadom. Računajte za prženje 8—10 minuta.*

****SAVJET:** meso ne mora ležati u marinadi ako uza nj poslužite neki pikantni umak, što kod nas, na žalost, još nije čest slučaj. Evo nekoliko umaka za meso s roštilja: bizantinski umak (u jogurt umiješajte nasjeckane začinske trave i zakiselite limunovim sokom) odličan je uz janjetinu i ribe. Francuski umak (3 žlice konjaka, 3 žlice maslinovog ulja, sok 1 limuna, papar) odgovara govedini, svinjetini i ponutrici. Andaluzijski umak (u majonezu istisnite svježe rajčice) također je dobar kao i tartar ili bearneški (a ti se mogu kupiti i gotovi, industrijski proizvedeni).

RUČAK: svinjsko pečenje** Colbert (pogledajte 2. IV), salate, torta od kestenja*.

VEČERA: rajčice punjene gljivama (pogledajte 11. X), smokve.

TORTA OD KESTENJA*

PRIPREMITE: 60 dag kestenja (važite skuhanu, očišćeno), 25 dag šećera, 6 jaja, 4 dl slatkog vrhnja, 2 žlice šećera u prahu s mirisom vanilije.

Kuhano kestenje protisnite (propasirajte). Ako upotrebljavate gotov kesten-pire stavite manje šećera, jer je on već zaslađen. Miješajte šećer sa žumanjcima da biste dobili glatku smjesu, kojoj dodajte kestenje. Istucite čvrsti snijeg pa ga polako umiješajte u smjesu. Zapalite pećnicu. Kalup za tortu namažite maslacem i pospite brašnom, pa ulijte tijesto. Pecite na laganoj vatri da sve skroz bude lijepo ispečeno. Pustite da se sasvim ohladi. Istucite slatko vrhnje, dodajte šećer u prahu. Tortu prerežite, napunite je tučenim vrhnjem, kojim je također omažite i izvana.

****SAVJET:** posebne plastične vrećice za pečenje vrlo su spretne jer u njima meso sačuva sav sok, a masnoća ne prska po pećnici. Meso možete pokriti i aluminijskom folijom.

RUČAK: musaka od patlidana (iskoristite ostatke pečenja od nedjelje i ujedno načinite marinirane patlidane*), zelena salata.

VEČERA: drobljenac, grožđe.

MARINIRANI PATLIDANI*

(slika 22)

PRIPREMITE: 1 kg patlidana, sol, 4—5 režnjeva češnjaka, 3 dag zelenog peršina, sol, papar, oko 1/2 l ulja.

*Operite patlidane, narežite ih i osolite. Neka stoje 20 minuta, malo ih ocijedite, pa dobro obrišite. Slažite ih u redove u staklenku, a svaki red obilato pospite nasjeckanim peršinom i češnjakom, pa popaprite. Češnjaka neće biti previše (ako se toga bojite) jer se miris s vremenom ublaži. Zalijte uljem i dobro natiskajte da između redova izađe zrak. Može stajati 3—4 tjedna. Poslužite kao predjelo ili prilog mesu**.*

****SAVJET:** u Grčkoj i na Bliskom istoku na taj način (ili slično) stavlja se povrće u rasol da omekša, a ne kuha se. Patlidane možete marinirati prežene i preliti ih kuhanom marinadom za koju na ulju samo malo popržite češnjak. Zatim ih zalijte jednakom količinom vinskog octa i ulja, dodajte sol, papar, sasvim malo šećera i ružmarina, pa prokuhajte. Marinadu prelijte ohlađenu preko poslaganih patlidana.

RUČAK: popečki od mladog kukuruza (pogledajte 14. VIII), hrenovke, salata.

VEČERA: špageti, kiselo-slatki umak*, salama**, sladoled.

KISELO-SLATKI UMAK*

(slika 18)

PRIPREMITE: 1 svježju zelenu i 1 crvenu papriku, 1 žlicu maslinova ulja, 1/2 dl blagog vina octa, 2 žličice šećera, 2 žlice soka od ananasa ili grejpa, 1 žličicu meda, 2 žlice ketchup od rajčice, 1 žlicu umaka od soje (vrlo ljutog), sol, papar, 2 žlice škrobnoga brašna.

Ovaj neobičan umak odražava utjecaj kineske kuhinje gdje se ponekad miješaju za naše poimanje suprotni okusi — sladak s ljutim i kiselkastim. Papriku sasvim usitnite, pa propržite na ulju. Zalijte octom, dodajte sve ostale sastojke, a škrobno brašno razmutite u malo vode i dodajte u umak. Neka vrije 5—10 minuta da se umak zgusne.

****SAVJET:** salamu i šunku možete dobro sačuvati i bez hladnjaka ako ih uvaljate u ovlaženu sol i pustite da se osuši da dobije koru.

RUČAK: varivo od krumpira s kobasicom, pečene paprike, kolač** s breskvama.

VEČERA: pirjane gljive „Alpe“, zelena salata.

PIRJANE GLJIVE „ALPE“*

(slika 13)

PRIPREMITE: 1 litru gorskih (ili drugih) gljiva, ulje, sol, papar, mažuranu, 2 dl vrhnja, 2 žlice brašna, omot naribanog sira, tvrdo kuhana jaja, rajčice i peršin za ukras, kruh.

Očišćene gljive ispirajte na ulju, dodajte sol, papar i mažuranu, pa mješavinu vrhnja i brašna. Pirjajte dalje da dobijete gustu smjesu. Poslažite kriške kruha (po mogućnosti četvrtastog oblika) na nauljeni lim, pa na svaki stavite nekoliko žlica ohlađene mješavine s gljivama. Obilato pospite sirom. Stavite u zagrijanu pećnicu i pecite na 250° da sendviči dobiju smeđastu boju. Odmah na svaki stavite polovicu tvrdo kuhanog jaja, ukrasite rajčicama i zelenim peršinom, pa poslužite.

****SAVJET:** kad radite kolače s praškom za pecivo, uvijek ga umiješajte na kraju kad su već pomiješani svi drugi sastojci tijesta. Ako biste prašak stavili ranije time biste mu umanjili djelotvornost.

RUČAK: pečeno pile, kuhana cikla*.

VEČERA: gusarska tunjevina (pogledajte 27. VII).

KUHANA CIKLA*

(slika 25)

PRIPREMITE: 1 kg srednje velikih (podjednakih) mladih cikla, sol, maslac.

*Odrežite ciklama lišće, ali neka ostane nekoliko centimetra peteljki, jer će inače sok izlaziti dok se kuha. Dobro ih operite, istrljajte četkom, jer su obično dosta uprljane od zemlje. Sasvim mlade cikle dovoljno je kuhati dvadesetak minuta** da ne budu premekane. Provjerite jesu li kuhane tako da jednu bocnete drvenom vilicom — mora biti nešto tvrđa nego li kuhani krumpir. Odmah ih isperite hladnom vodom, pa ćete ih lakše oguliti. Oguljene odmah poslužite, osolite ih i prelijte otopljenim maslacem.*

****SAVJET:** ako u vrtu imate mladih cikli, jedan dio ih zamrznite, iako se stare dobro drže zimi. Pripremite ih za kuhanje kao što je ranije opisano, ali ih skuhaite samo dopola. Odmah ih iz vruće vode prebacite u hladnu kojoj ste dodali kockice leda. Obrišite ih, stavite u vrećice i duboko smrznite. Zimi ih zamrznute spustite u kipuću vodu i kuhajte oko pet minuta.



Slika 23

Povrće punjeno na talijanski način osvježuje je od u nas uobičajenog načina kako se pune paprike, rajčice ili luk (pogledajte 13. IX),

Slika 24

Jabuke i kruške, tipično jesensko voće koje će nas pratiti i cijele zime do ranog proljeća, neka vam bude pri ruci kad kuhate i slatka i slana jela. Na najgornjoj stubi lijevo: odjevene kruške (pogledajte 13. XII) i desno: kruške punjene sirom (22. IX), na drugoj stubi odozgo: lakirana šunka i punjene jabuke (1. XII) na trećoj stubi odozgo: mirišljivi kolač s jabukama (1. XII) i na najdonjoj stubi: švedski hladni kotleti (4. VIII).



RUČAK: prženi patlidani**, salata od krumpira s nasjeckanim svježim paprikama.

VEČERA: kruške punjene sirom*, karipske palačinke (pogledajte 28. X).

KRUŠKE PUNJENE SIROM*

(slika 24)

PRIPREMITE: 3 tvrde, ne jako slatke, velike kruške, 1 žlicu limunova soka, 1 crvenu svježju papriku, 12 dag polumasnog sira, 3 žlice majoneze, sol, papar, mljevenu crvenu papriku, nekoliko listova zelene salate.

Dobro operite kruške, prerežite ih po duljini i izdubite tvrdnu sredinu s košticama. Prerezanu površinu odmah premažite limunovim sokom da ne potamni. Osolite je i popaprite. Posebno pomiješajte majonezu s usitnjenim sirom i nasjeckanom svježjom paprikom. Napunite time kruške, pospite za ukras s malo mljevene crvene paprike i poslažite na oprane i poslagane listove zelene salate.

****SAVJET:** patlidane nije potrebno unaprijed soliti pa pretjerano istiskivati, jer se na taj način baca i dio važnih sastojaka tog povrća. Uvjerenje da nakon takvog postupka patlidani neće biti gorkasti nije točno, jer su gorki stari patlidani pa im ni takvo stiskanje neće pomoći.

RUČAK: šaran s krumpirom*, salata od rajčice, paprike i luka.
VEČERA: punjene rajčice (pogledajte 16. VIII), puding s voćem.

ŠARAN S KRUMPIROM*

PRIPREMITE: 1 šarana, malo težeg od 1 kg, ulje, 50 dag krumpira, 30 dag luka, ulje, mljevenu crvenu papriku, 2 dl bijelog vina, sol, zeleni peršin.

*Očistite šarana, osolite ga i stavite u nauljeni lim ili vatrostalnu posudu. Krumpir ogulite, operite i narežite na tanke ploškice. Luk očistite i nasjeckajte. Stavite ga s krumpirom oko ribe. Sve osolite, zalijte uljem, pa pospite crvenom paprikom. Zalijte vinom i pecite u pećnici 40 minuta**. Prije posluživanja obilato pospite nasjeckanim zelenim peršinom.*

****SAVJET:** evo kako ćete provjeriti je li riba pečena: središnja kost se mora lako odvajati od mesa.

RUČAK: pileći ujušak, mađarsko pile*, široki rezanci, odjevene kruške (pogledajte 13. XII).

VEČERA: krumpir salata s vlascom (pogledajte 1. VI), pržena jajca.

MAĐARSKO PILE*

PRIPREMITE: 1 pile, 2 dl jogurta, 1 dl gustoga kiselog vrhnja, 40 dag svježe rajčice, 4 glavice luka, 1 žličicu slatke mljevene crvene paprike, pola žličice kumina (kimla), 2 dl kokošje juhe, 3 žlice masti, 1 žlicu brašna, sol.

*Pile narežite, osolite, pa propržite na masti zajedno sa sitno kosanim lukom. Kad piletina dobije boju, pospite je mljevenom paprikom i pecite još 5 minuta. U međuvremenu rajčice protisnite (propasirajte) da dobijete glatku kašu koju dodajte mesu zajedno sa juhom i kuminom. Neka se pirja 3/4 sata. U zdjelicu stavite brašno i miješajući malo po malo dodavajte vrhnje i jogurt**. Dobivenu glatku masu dodajte umaku. Provjerite treba li još soli, pa miješajte da se zgusne i poslužite.*

****SAVJET:** jogurt nije samo piće već i dodatak jelima. Treba ga što više koristiti, jer je izvanredan izvor kalcija, a vole ga i oni koji ne podnose mlijeko. Sadrži malo masnoće i laktoze (mliječnog šećera). Jogurt izvršno djeluje na probavu i održava ravnotežu crijevne flore, pa se preporuča bolesnicima dok se liječe antibioticima.

RUČAK: juha od kopra, savijača s hrenovkama*, voće.

VEČERA: pohani sir**, jogurt.

SAVIJAČA S HRENOVKAMA*

PRIPREMITE: 35 dag lisnatog tijesta, pola glavice kupusa, 2 para većih hrenovki, sol, papar, jaje.

Skuhajte kupus u osoljenoj vodi, dobro ga ocijedite, stisnite među dlanovima i popaprite. Hrenovke skuhaite. Razvaljajte lisnato tijesto, poslažite na nj kupus, pa hrenovke i uvijte savijaču. Zapalite pećnicu. Savijaču stavite na nauljeni lim i odozgo je premažite stučenim jajetom. Pecite na jakoj vatri četvrt sata i odmah poslužite.

****SAVJET:** umjesto mesa povremeno poslužite tvrdi sir narezan na ploške, pržen ili pohan. Uz povrće ćete dobiti kompletan hranjiv obrok.

RUČAK: punjene paprike, voćna salata**.

VEČERA: salata sa slaninom*.

SALATA SA SLANINOM*

(slika 16)

PRIPREMITE: 30 dag gljiva, 4—5 rajčica, zeleni peršin, 15 dag suhe slanine s mnogo mesa („carsko meso“), vinski ocat, sol.

Očistite gljive pa ih spustite u kipuću slanu vodu da se malo prokuhaju. Ocijedite ih. Rajčice narežite. Slaninu narežite što tanje (po mogućnosti na stroj) pa ispržite. Na tanjur stavite s jedne strane rajčice s druge gljive, a u sredinu suhu slaninu. Dobivenu masnoću od slanine pomiješajte s octom, pa time začinite gljive. Rajčice samo osolite. Ukrasite zelenim peršinom.

****SAVJET:** ako za voćnu salatu ili neko drugo jelo voće unaprijed operete, ogulite i narežete, prelijte ga razrijeđenim limunovim sokom pa neće potamnjeti. Ako mora dulje stajati, zalijte ga sirupom koji ste skuhali od jednakih dijelova šećera i vode — u tom slučaju to će vam ujedno poslužiti kao sok za voćnu salatu, a ako to voće stavljate u kolače, morate ih manje šećeriti.

RUČAK: juha od rajčica**, patlidani s gljivama*, salata.

VEČERA: kolači s pekmezom (pogledajte 20. IV), mlijeko.

PATLIĐANI S GLJIVAMA*

PRIPREMITE: 2 veća patlidana, sol, papar, ulje; za nadjev: 10 dag šunke u jednom komadu, 15 dag gljiva, 1 dl bijelog vina, 1 rezanj češnjaka, 1 žlicu gusto ukuhane rajčice, zeleni peršin, 40 dag riže.

Patlidane operite, prerežite po duljini i izdubite meso. Nasjeckajte ih na kockice. Gljive malo prokuhajte, pa njih i šunku također narežite na kockice. Pomiješajte, dodajte nasjeckane patlidane, osolite, popaprite pa dodajte još usitnjeni češnjak i 2 žlice nasjeckanog peršina. Zalijte vinom i rajčicom, pomiješajte i time nadjevite patlidane. Stavite ih na nauljeni lim, na svaki nekoliko kapi ulja, pa pecite u pećnici dvadesetak minuta. U međuvremenu ispirajte rižu, pa na nju stavite patlidane prije posluživanja.

****SAVJET:** rajčice ćete lakše oguliti ako ih prelijete kipućom vodom i u njoj ostavite jednu minutu.

RUČAK: riba s krumpirom (pogledajte 15. II), salata od kupusa.

VEČERA: nabujak od staroga kruha*.

NABUJAK OD STAROGA KRUHA*

PRIPREMITE: 15 dag staroga kruha, malo maslaca, 1/4 l mlijeka, 1 šipku vanilije, 2 veće jabuke, 5 dag ukuhanog voća, 5 dag groždica, 3 jaja, 8 dag šećera u prahu.

*Kruh narežite na kockice i prepržite na maslacu. Žumanjke miješajte sa šećerom da biste dobili pjenastu masu. Dolijevajte mješajući malo po malo kipuće mlijeko u kojem se kuhala vanilija. Time prelijte kruh i ostavite da se dobro upije. U međuvremenu namočite groždice u mlaku vodu (možete dodati malo ruma). Jabuke očistite, sitno narežite i propirajte. Dodajte im groždice i drugo voće. Kalup namažite maslacem. Pomiješajte kruh sa voćem i dodajte snijeg od bjelanjaka. Ulijte u kalup i skuhaite u pari. Poslužite mlako**.*

****SAVJET:** kruh se vrlo brzo osuši, osobito bijeli i mliječni. Šteta ga je koristiti samo kao mrvica, pa iskušajte i ovaj kolač!

RUČAK: guska na podvarku (pogledajte 12. III), kuhani krumpir, voće.

VEČERA: zapečena cvjetača*, guščja jetra, riža**.

ZAPEČENA CVJETAČA*

PRIPREMITE: 2 manje glavice cvjetače (karfiola), 6 jaja, 1/2 l mlijeka, 20 dag ribanog sira parmezana, 3 dag brašna, sol, papar, muškatni oraščić (nije obavezan), 10 dag šunke.

Dobro oprane cvjetače stavite kuhati u kipuću osoljenu vodu. U međuvremenu malo ispržite brašno na maslacu da dobijete svijetli zapržak. Zalijte mlijekom i vodom u kojoj se kuhala cvjetača. Kad se umak zgusne, dodajte mu 3/4 količine ribanog sira. Posebno skuhaite jaja i ogulite ih. Šunku nasjeckajte. Na vatrostalni pladanj stavite cvjetače, oko njih narezana jaja. Sve pospite šunkom i prelijte umakom, pospite ostatkom sira i zapečite u pećnici da porumeni.

****SAVJET:** loše podgrijana riža toliko je odbojna da mnoge domaćice radije bace ono što ostane od ručka. Podgrijte je ovako: stavite hladnu rižu u cjediljku i postavite je iznad kipuće vode ili još bolje juhe. Pokrijte je. Za 15-ak minuta bit će skroz podgrijana, zrna se neće slijepiti.

RUČAK: paški crni rižot od lignji (pogledajte 24. VI), pečene paprike.

VEČERA: kocke Vlasta*, mlijeko.

KOCKE VLASTA*

PRIPREMITE: za tijesto: 5 jaja, 12 dag šećera, 9 dag mljevenih badema, 10 dag ribane čokolade, 1 žlicu mrvica; 1 litru kupina ili drugog voća, šećera po ukusu; maslac i brašno za lim.

*Žumanjke dugo miješajte sa šećerom. U glatku, pjenušavu smjesu dodajte ribanu čokoladu, samljevene bademe, mrvice i čvrsti snijeg od bjelanjaka. Lim namažite maslacem i pospite brašnom, ulijte tijesto. U zagrijanu pećnicu stavite kolač da se peče na srednjoj vatri. Voće očistite i pomiješajte sa šećerom — količina ovisi o slatkoći voća. Napola ispečeni kolač izvadite, pospite voćem, vratite u pećnicu i do kraja ispecite**.*

****SAVJET:** kolač neće odozgo imati tvrdnu koru ako ga odmah, čim bude ispečen, premažete mlakim mlijekom. Za to će vam dobro doći peruška ili plastični kist koji koristite samo u kuhinji. Nemojte previše natopiti mlijekom jer će kolač postati gnjecav.

RUČAK: lakirana šunka i punjene jabuke*, pečeni krumpir, salata od mahuna, Sacher-torta (pogledajte 29. 1).

VEČERA: kakao, torta.

LAKIRANA ŠUNKA** I PUNJENE JABUKE*

(slika 24)

PRIPREMITE: komad šunke težak otprilike 2 kg, klinčiće, 1 žlicu prozirnog meda, 1 glavicu luka, 5 dag margarina ili ulja, 5 dag mrvica, 1 žličicu sušene žalfije ili neke druge začinske trave, sol, papar, 4 kiselkaste jabuke.

Ostavite šunku preko noći u hladnoj vodi da omekša. Drugi dan je prebacite u svježju hladnu osoljenu vodu i pristavite. Kad provrije smanjite vatru i kuhajte jedan sat. Izvadite iz vode, dobro osušite, pa kožu s masnoćom unakriž zarežite. U svaku kocku zabodite klinčić, pa premažite medom. Vrlo sitno narežite luk i ispržite ga, dodajte mrvice, žalfiju, sol i papar. Jabuke operite, nemojte ih guliti već im izdubite sredinu. Unutra ugurajte mješavinu luka i mrvica, poslažite na lim i zalijte vodom u kojoj se kuhala šunka. Pecite 10 minuta na 190°, zatim u lim dodajte meso i pecite još pola sata da meso postane zlatnosmeđe. Po potrebi zalijevajte sokom u kojem se kuhala šunka.

****SAVJET:** lakirane pečenke su kineski specijalitet jer se med karamelizira (gotovo uopće ne bude sladak) i nalik je kineskom laku. Ovaj recept, samo po uzoru na kinesku kuhinju, prilagođen je evropskom ukusu.

RUČAK: palačinke punjene ostacima šunke (od nedjelje), umak od rajčice*.

VEČERA: popečki od krumpira, pečene paprike**.

UMAK OD RAJČICE*

(slika 10)

PRIPREMITE: 1,5 kg svježih rajčica ili 20—25 dag tvrdo ukuhanih, 8 dag masti ili ulja, 1 glavicu luka, zelenog peršina, listić-dva celera, 8 dag brašna, vodu (ili goveđu juhu), sol, po ukusu do 3 dag šećera.

Rajčice operite, narežite. Na ulju ispržite nasjeckani luk, dodajte rajčice i nasjeckani peršin i celer. Pirjajte da omekšaju, dodajte brašno, osolite, popaprite, dodajte šećera i protisnite. Ako ih ne namjeravate protisnuti, jer vam je milije da se osjete komadići, tada rajčice prije kuhanja ogulite. Tko voli gušći umak može od masti i brašna načiniti zapržak i dodati ga umaku.

****SAVJET:** paprike ćete dobro ispeći ako odaberete takve koje imaju debelo meso. Operite ih, dobro obrišite i poslažite u navlaženi lim. Pecite u pećnici na jakoj vatri i povremeno ih okrećite da budu posvuda jednako ispečene. Kad se kožica smežura, izvadite ih iz pećnice i odmah ogulite. Možete ih ostaviti cijele ili očistiti od držaka i koštica. Začinite octom, uljem, usitnjenim češnjakom, osolite i popaprite.

RUČAK: zelena juha*, pohani šaran, salata od krumpira.
VEČERA: okruglice s pekmezom.

ZELENA JUHA*

PRIPREMITE: 3 glavice luka, 25 dag špinata**, 25 dag graška (konzerva), 1 litru kokoške juhe (koncentrat), sol, papar, stari kruh, malo ulja, zeleni peršin.

Špinat očistite i skuhaite, grašak ocijedite i operite. I jedno i drugo protisnite (propasirajte). Luk očistite, ispirajte, dodajte povrće i juhu. Neka kuha 25 minuta. Provjerite treba li još soli i papra. Kruh narežite na kockice, dodajte juhi na kraju kao i nasjeckani peršin.

****SAVJET:** špinat možete zamijeniti blitvom ili kiselicom. Juha će biti gušća ako protisnete i nekoliko skuhanih krumpira. Po ukusu možete dodati i malo vrhnja.

RUČAK: govedina na burgundski način (pogledajte 28. I), salata od mahuna, kompot od jabuka**.
VEČERA: punjena cikla*, naresci.

PUNJENA CIKLA*

(slika 25)

PRIPREMITE: 8 velikih cikli, 2 tvrdo kuhana jaja, 2—3 fileta od riba, 2 žlice kapara, 1 vezicu zelenog peršina, malo ulja i limunova soka.

*Cikle skuhaite, ogulite, prerežite napola. Izdubite ih i izdubljeni dio sitno nasjeckajte. Tako postupite i s jajima, filetima, kapari-
 ma i zelenim peršinom. Sve sastojke pomiješajte, zauljite i zakiselite limunovim octom. Probajte treba li soli, ali ribice su jako slane pa vjerojatno neće biti potrebno. Dobro rashladite prije posluživanja.*

****SAVJET:** kompot od jabuka omiljen je desert cijele jeseni, zimi, a i u rano proljeće. Obično mu dodajemo klinčiće ili cimet, ali za promjenu možete mu dati novi okus ako ga zakiselite sokom od naranče, limuna ili grejpa. Nastojte ga zasladiti medom umjesto šećerom — to će dati različit okus, a bit će i zdravije. Med stavljajte u mlaki kompot jer vrućina uništava neke vrijedne sastojke meda.

RUČAK: musaka od patliđana, salata od paprika.

VEČERA: gibanica od bundeva*, kuhano crno vino (pogledajte 1. I).

GIBANICA OD BUNDEVA*

PRIPREMITE: 75 dag debljih kora za savijaču, 1 žutu bundevu, srednje veličine, sasvim zrelu**, šećera po ukusu, 7 jaja, 10 dag maslaca, malo mlijeka, vanilin-šećera, maslac za mazanje lima.

Kore malo ispecite u pećnici ili na ploči štednjaka. Oguljenu bundevu naribajte i ispirajte na žlici maslaca da sasvim omekša. Posebno miješajte žumanjke sa šećerom, dodajte otopljeni maslac i snijeg od bjelanjaka. Umiješajte i ohlađene bundeve, te toliko mlijeka da dobijete žitku smjesu. Lim namažite maslacem, stavite koru, poprskajte maslacem, pa stavite nadjev. Tako redajte do vrha, gdje će biti tijesto. Vilicom gusto nabodite gibanicu sve do dna, pa obilato zalijte mlijekom. Pecite na umjerenoj vatri. Pospite vanilin-šećerom i poslužite toplu.

****SAVJET:** buče i bundeve osim za klasična variva koriste se i za slane i slatke poslastice. Za slatke kolače bolja je žuta bundeva jer je već sama po sebi slatka. Obje vrste dobre su i za pripremanje juha. Odlično se dadu duboko smrznuti bilo u komadima bilo naribane (za varivo ili savijaču sa sirom — „bučnicu“).

RUČAK: punjene lignje (pogledajte 2. III), pečeni krumpir, srpski ajvar*.

VEČERA: krupica s voćem (pogledajte 11. IX), mlijeko.

SRPSKI AJVAR*

PRIPREMITE: 4 patliđana, mast, 10—12 paprika-babura, 1 glavica luka, 2 režnja češnjaka, limunov sok ili ocat, sol, papar, ulje.

*Oprane i obrisane patliđane ispržite na masti i ostavite da se hlade. Paprike ispecite u pećnicu, stavite u dublju zdjelu, poprskajte hladnom vodom i pokrijte čistom krpom. Nakon nekog vremena lakše ćete ih oguliti. Ogulite i patliđane, pa i njih i paprike nasjecajte na dasci i stavite u drvenu stupu (ili mikser) da se sasvim usitne. Posebno na 1 dl ulja ispržite vrlo sitno nasjeckani luk, pa dodajte smjesi zajedno sa nasjeckanim i zgnječenim češnjakom. Dalje miješajte dolijevajući pomalo ulje da dobijete sasvim svije-tlu smjesu. Zakiselite octom ili limunovim sokom, pa osolite i popaprite po ukusu**.*

****SAVJET:** ovo je ajvar kojega valja odmah trošiti, a u nj se uopće ne stavljaju rajčice. Ako želite da bude ružičast ispecite među paprikama i nekoliko crvenih. Ovako, po starijskim propisima, pripremljen ajvar odličan je prilog mesu i ribama, ali ne može stajati.

RUČAK: grčki mljeveni odresci (pogledajte 5. I), umak od rajčica (pogledajte 2. X), kompot.

VEČERA: zapečene talijanske palačinke*, čaj.

ZAPEČENE TALIJANSKE PALAČINKE*

(slika 14)

PRIPREMITE: za tijesto: 25 dag brašna, 2 jaja, 2 žličice ulja, malo soli; za nadjev: 2 žlice ulja, svežnjić mladoga luka, 2 režnja češnjaka, 3 veće rajčice, sol, papar, 35 dag mljevenog mesa, 2 žlice mljevenog sira, malo smrvljenog lišća ružmarina; 1 dl gustog soka od rajčica, mljeveni sir, zeleni peršin; ulje za prženje.

*Zamijesite palačinke od svih sastojaka i 3 dl vode. Ostavite tijesto da počiva. Na ulju ispirajte nasjeckane bijele dijelove mladoga luka, dodajte usitnjeni češnjak, pa meso. Pirjajte da potamni, onda dodajte usitnjene rajčice, začine i pirjajte dok ne dobijete gusti nadjev, kojem dodajte još i sir. Posebno zagrijte sok od rajčica, osolite ga i popaprite. Ispecite** palačinke. Slažite ih u posudu dovoljno veliku da u nju stanu palačinke. Svaku premažite nadjevom. najgornja neka ostane nenamazana, prelijte je sokom od rajčica, pospite nasjeckanim peršinom i zelenim dijelovima mladoga luka. Obilato pospite naribanim sirom i zapečite u pećnici.*

****SAVJET:** palačinke ćete dobro ispeći samo na kvalitetnoj, ravnoj tavici od debelog metala. Umjesto da stavljate ulje svaki put premažite zagrišanu tavicu komadićem suhe slanine nabodenim na vilicu.

RUČAK: govedina u crnom vinu*, okruglice od kruha, lagana torta (pogledajte 17. III).

VEČERA: pecivo sa sirom (pogledajte 20. XII), mlijeko.

GOVEDINA U CRNOM VINU*

(slika 22)

PRIPREMITE: za rasol (marinadu): 1 veću mrkvu, 1 luk, 1/2 celer, 1 režanj češnjaka, nekoliko klinčića, papar u zrnu, sol, zeleni peršin i majčinu dušicu, 1/2 l crnog vina, 1/4 l ulja; 1 kg govedine u komadu, 3 dag suhe slanine, 2 dag brašna, 1/4 l govede juhe (može koncentrat), sol, papar; za prilog malu cvjetaču, paket dubokosmrznutih mahuna (ili 1/4 kg svježih), 1/4 kg mrkve, malo ulja.

*Za rasol očistite i narežite povrće, a luk, češnjak, peršin i majčinu dušicu nasjeckajte. Stavite polovicu povrća, na to meso, ostatak povrća i začine, pa prelijte vinom i uljem**. Neka stoji četiri sata, a može i dulje. S mesa prethodno očistite sve kožice. Meso ocijedite i na ulju ispržite da dobije koru na svim stranama. Izvadite meso, na masnoću dodajte brašno, začinite i pržite da potamni. Zalijte polovicom tekućine od rasola i juhom. Kuhajte minutu-dvije da se zgusne, dodajte cijelu marinadu i narezanu suhu slaninu, vratite meso i kuhajte još sat i pol, a po potrebi i dulje (u ekspres-loncu će biti dovoljno 50 minuta). Skuhajte povrće i poslužite uz meso.*

****SAVJET:** sirova marinada (nekuhana) ima sastojke jakog mirisa koji će također dobro prodrijeti u meso. Piletini i manjim komadima mesa dovoljno je mariniranje od 1—2 sata. U toj marinadi meso može ležati i dan-dva da ostane svježe izvan hladnjaka.

RUČAK: špageti**, zeleni umak*, kompot.

VEČERA: krvavice, kiseli kupus.

ZELENI UMAK*

(slika 18)

PRIPREMITE: 2 žlice nasjeckanih ili samljevenih lješnjaka, 3 velika režnja češnjaka, 2 žlice maslaca, 10 dag naribanog tvrdog sira (parmezana), 1 dl maslinovog ulja, sol, papar.

U mikseru izmiješajte lješnjake sa češnjakom, dodajte peršin, maslac i sir, zatim kap po kap maslinovo ulje, kao da radite majonezu. Na kraju popaprite i posolite. To je jedna od varijanti talijanskog umaka — „salsa verde“ — koji naši susjedi vrlo vole.

****SAVJET:** ako svi članovi obitelji ne dolaze na ručak u isto vrijeme, špagete možete održati toplima i finima ovako: držite ih u cjedilu iznad posude tople vode i poklopite ih. Prije posluživanja određenu količinu isperite kipućom vodom.

RUČAK: goveđi jezik s maslinama*, makaroni, miješana salata.

VEČERA: podravski bogati krumpir (pogledajte 2. XI), cvjetača na salatu.

GOVEĐI JEZIK S MASLINAMA*

PRIPREMITE: 1 svježi goveđi jezik, sol, 5 dag masti ili ulja, 5 dag suhe slanine, 3 dag luka, 8 dag mrkve, 8 dag peršinovog korijena, 4 dag korijena celera, malo goveđe juhe, 5 dag gusto ukuhana rajčice, 5 dag brašna, 20-ak maslina, vezicu zelenog peršina.

*Oprani goveđi jezik pristavite kuhati u slanu vodu. Trebat će mu 3—4 sata da omekša, pa je mnogo bolje skuhati ga u ekspres-loncu. Posebno na masti otopite kockice suhe slanine, dodajte sve korjenasto povrće očišćeno i naribano, te nasjeckani luk. Pirjajte zalijevajući juhom. Onda napražite brašnom pa dalje pirjajte da dobijete glatki, gusti umak. Dodajte mu masline i još samo malo propirjajte. Osolite, popaprite i dodajte nasjeckani zeleni peršin. Skuhani jezik spustite u hladnu vodu, ogulite, opet podgrijte u vodi u kojoj se kuhao, pa narežite na ploške. Poslažite na zagrijani pladanj i prelijte umakom**.*

****SAVJET:** ovako skuhani jezik možete poslužiti s raznim umacima, kao što je npr. umak od kapri (pogledajte 12. X), umak od srdelica (pogledajte 27. XII) i drugi.

RUČAK: punjene paprike, palačinke** sa pekmezom.
VEČERA: rajčice punjene gljivama*, jogurt.

RAJČICE PUNJENE GLJIVAMA*

(slika 13)

PRIPREMITE: 8 podjednako velikih rajčica, 4—7 dag maslaca ili ulja, 2 žlice brašna, 4 dl vrhnja, sol, papar, 1 litru gljiva.

Narežite rajčice i pirjajte u vlastitom soku na malo ulja petnaestak minuta. U međuvremenu dobro operite rajčice, odrežite im „poklopac“, osolite i okrenite da se iskapa sok. U gljive dodajte mješavinu brašna i vrhnja, osolite ih i popaprite. Mješavinom napunite rajčice, vratite na njih „poklopce“ i poslažite na zauljeni lim. Zapečite ih u pećnici da im se koža smežura. Odmah poslužite.

****SAVJET:** i ohlađene palačinke se mogu podgrijati! Zavijte ih u ovlaženu aluminijsku foliju i stavite u pećnicu zagrijanu na 300°. Neka se griju nekoliko minuta, onda ih odmotajte i nadjenite.

RUČAK: tamna goveđa juha sa žličnjacima od moždine (pogledajte 12. XI), kuhana govedina, umak od kapri*, pire od krumpira.

VEČERA: pohani patlidani, pirjana riža, grožđe.

UMAK OD KAPRI*

PRIPREMITE: 8 dag masti, 8 dag brašna, 1 dag luka, zeleni peršin, 5 dag kapri**, malo goveđe juhe.

Nasjeckajte luk. Zagrijte mast i na njoj ispržite svjetlosmede brašno s lukom. Zalijte juhom, dodajte nakvašene i nasjeckane kapre, te nasjeckani peršin. Malo prokuhajte i poslužite.

****SAVJET:** budući da su kapri prilično ljuti, dobro ih je držati neko vrijeme u vodi, a umak nemojte soliti. Umak možete poboljšati i tako da mu dodate 2 dl vrhnja.

RUČAK: varivo od kelja sa suhom slaninom, grožđe.

VEČERA: pitice od jabuka*, kakao.

PITICE OD JABUKA*

PRIPREMITE: za tijesto: 14 dag maslaca ili margarina, 21 dag brašna, 7 dag šećera, 2 žumanjka; za nadjev: 50 dag jabuka, malo samljevenog cimeta, žlicu ruma, malo limunovog soka**, 2 vanilin-šećera i 2 bjelanjka.

Ogulite jabuke i skuhaite ih. U međuvremenu zamijesite glatko tijesto. Uzmite nekoliko manjih vatrostalnih ili limenih posuda (prirodno, umjesto više pitica možete učiniti jednu veliku). Tijestom obložite dno i stranice kalupa, pa dopola ispecite. U međuvremenu protisnite (propasirajte) skuhanu jabuku, dodajte im rum, cimet, limunov sok, šećer i tvrdi snijeg od bjelanjaca. Time napunite dopola ispečeno tijesto, pokrijte odozgo ostatkom tijesta i ispecite dokraja.

****SAVJET:** malo limunovog soka stavite i u bjelanjke pa će snijeg biti čvršći.

RUČAK: riba u luku*, kuhani krumpir, salata.

VEČERA: kakao, kolač s groždem (pogledajte „kolač s ogrozdi-
ma“ 19. VII).

RIBA U LUKU*

(slika 22)

PRIPREMITE: 2 kg riječne ribe, 1/2 kg luka, mast, 4 dl kiselog vrhnja, žlicu brašna, malo bijelog vina, sol, papar; mlijeko.

*Očistite ribe, potopite ih u mlijeko**. Luk očistite i narežite na rezance. U lim stavite mast. Ribu osolite, popaprite pa stavite u lim; njih također zamastite. Sve pospite lukom. Pecite u pećnici i podlijevajte vinom. Povremeno pomiješajte luk da se svuda podjednako peče. Kad riba bude gotovo pečena vrhnje pomiješajte s brašnom pa time prelijte ribu. Ispecite do kraja. Popaprite i ukasite zelenim peršinom.*

****SAVJET:** riječne ribe se mogu marinirati u mlijeku umjesto u uobičajenom rasolu (marinadi). Mlijeko će izvući prejak miris po mulju.

RUČAK: ujušak od puranove sitneži, puran punjen kestenjem*, salate, krema od kave (pogledajte 22. IV).

VEČERA: drobljenac s pekmezom, mlijeko.

PURAN PUNJEN KESTENJEM*

PRIPREMITE: 1 purana, 1 kg kestenja, 25 dag kuhane šunke, 25 dag suhe slanine, sol, papar, ulje, vrhnje.

*Kestenje skuhaite, ogulite, i pomiješajte sa sitno nasjeckanom šunkom. (Ako je šunka bez masnoće, dodajte malo nasjeckane suhe slanine). Purana očistite i operite, pa iznutra i izvana osolite i popaprite. Unutrašnjost ispunite kestenjem i šunkom, pa otvor sašijte bijelim koncem. Purana obložite tankim odrescima suhe slanine i omotajte ga dobro koncem. Pecite u pećnici na srednjoj vatri. Pečenom skinite suhu slaninu i vratite ga u pećnicu na jaku vatru da porumeni i dobije hrskavu kožu. Purana narežite**, poslažite na zagrijani pladanj i okružite kestenjem. U sok od pečenja stavite suhu slaninu koju ste u međuvremenu nasjeckali, prokuhajte s vrhnjem i time prelijte purana i kestenje.*

****SAVJET:** poslužite samo lijepe komade, dok lošije i one za koje pretpostavljate da će ostati odmah spremite u hladnjak. Za koji dan od njih pripremite popečke od puretine.

RUČAK: nabujak od mozga*, pire od suhoga graška.

VEČERA: kakao, kruh s maslacem i medom**.

NABUJAK OD MOZGA*

PRIPREMITE: 40 dag mozga, 1 žlicu ulja, 1 žlicu brašna, 3 dl mlijeka, 2 žlice sjeckanoga zelenog peršina, 4 jaja, malo margarina, malo mrvica, sol, papar.

Dobro očistite mozak pa ga spustite u kipuću osoljenu vodu da prokuha. U međuvremenu na ulju ispržite brašno (mora ostati sasvim svijetlo) i zalijte mlijekom, pa skuhaite gusti bešamel-umak. U ohlađen dodajte zgnječeni kuhani mozak, žumanjke i peršin. Dobro promiješajte, pa dodajte čvrsti snijeg od bjelanjaka. Vatrostalnu zdjelu namažite margarinom, pospite mrvicama i ulijte smjesu. Pecite u pećnici na srednje jakoj vatri pola sata i odmah poslužite.

****SAVJET:** med je vrlo zdrava prirodna hrana, jer sadrži lako probavljive šećere, vitamine, mineralne soli i druge tvari. Dajte ga stoga što češće odraslima i djeci: ujutro u mlijeku ili limunadi, a umjesto šećera upotrebljavajte ga za zaslađivanje napitaka, čajeva i jela.

RUČAK: varivo od leće, popečki od puretine*.

VEČERA: sendviči s tlačenicom (presvrštom ili švarglom), puding s ukuhanim voćem**.

POPEČCI OD PURETINE*

PRIPREMITE: 30 dag ostataka pečenog purana, 10 dag suhe slanine, 1 žemlju, malo mlijeka, 1 jaje, 1 glavicu luka, brašno, sol, papar, ulje.

Žemlju namočite u mlijeko. Puretinu narežite na tanke rezance. Slaninu narežite na kockice i ispržite s nasjeckanim lukom. Mesu dodajte iscijeđenu i vilicom zdrobljenu žemlju, luk, slaninu, sol, papar i jaja. Smjesa mora biti gusta, pa joj po potrebi dodajte još brašna. Oblikujte popečke, uvaljajte ih u brašno i ispržite na ulju. Odmah ih poslužite.

****SAVJET:** kad kupujete kompote u konzervi, često niste sigurni koliko je u njima voća. U konzervi od 1 litre nalazi se otprilike 30 polovica manjih kajsija, 16 polovica većih bresaka ili tridesetak šljiva.

RUČAK: goveđa juha, kuhana govedina, umak od rajčica, restani krumpir.

VEČERA: omlet sa suhom slaninom*, ukiseljene paprike.

OMLET SA SUHOM SLANINOM*

PRIPREMITE: 6 jaja, 15 dag suhe slanine, 20 dag ribanog sira, 3 dag ulja ili masti, sol, papar.

*Razbijte jaja** u zdjelicu, osolite ih i popaprite. Stavite malo soli, jer je slanina slana. Narežite je na sasvim tanke odreske i propržite na ulju. Ako je suviše masnoće, odlijte dio. Izvadite slaninu na tanjurić. U jaja umiješajte sir pa izlijte na zagrijanu masnoću. Nemojte miješati. Kad je omlet napola pečen, pospite ga isprženom slaninom, pa ispržite do kraja.*

****SAVJET:** kad god u neko jelo stavljate jaja, razbijte ih zasebno jedno po jedno u šalicu da im tako provjerite svježinu. Inače vam se može dogoditi da u jelo dodate pokvareno jaje i tako sve upropastite. Ako radite omlete, uvijek je bolje pržiti manje količine — po ovom receptu, na primjer, bolje je načiniti dva omleta od po tri jaja.

RUČAK: bosanski lonac*.

VEČERA: drobljenac, kompot od jabuka s limunovim sokom**.

BOSANSKI LONAC*

PRIPREMITE: 50 dag govedine, 50 dag svinjetine, 25 dag teletine ili 1 teleću goljenicu, 25 dag krumpira, 2 glavice češnjaka, 1 veliku glavicu luka, 2 velike mrkve, 1 malu glavicu kelja, 3 zelene paprike, 20 dag mahuna, 3 velike rajčice, 1 korijen peršina, 1 mali korijen celera, žlicu masti, žlicu mljevene crvene paprike, 10—15 zrna papra, 1 klinčić, sasvim mali komadić cimetove kore, 2 dl bijelog vina, žlicu masti.

Meso narežite na veće komade. Krumpir ogulite i narežite na kriške. Korjenasto povrće očistite i narežite na veće komade. Rajčice ogulite i narežite na kriške, a paprike na četvrtine. I mahune očistite, pa veće razrežite napola. Očišćeni luk narežite na veće komade, a glavice češnjaka ogulite samo izvana i stavite kuhati cijele pa će kuhane imati poseban okus. Slažite redove mesa i povrća, a između stavljajte začine. Mast otopite u pola litre vode, dodajte vino i time zalijte jelo. Pokrijte što bolje (nekad se zemljani lonac pokriva pergamentom i vezao) i kuhajte tri-četiri sata da se sve raskuha (nekad se stavljalo u krušnu peć nakon pečenja kruha i ostavljalo preko noći). U ekspres-loncu kuhajte jedan sat i pol.

****SAVJET:** limun će dati dvostruko više soka ako ga prije upotrebe malo zagrijete na toploj ploči štednjaka.

RUČAK: hrvatski složenac*.

VEČERA: sendviči, krema „Nada“ (pogledajte 28.IV).

HRVATSKI SLOŽENAC*

PRIPREMITE: 60 dag svinjetine od buta, 1 par kobasica „češnjovki“, 12 dag krte suhe slanine, 20 dag malih šampinjona, 3 glavice luka, 6 dag ulja, sol, papar, mljevenu crvenu papriku, zeleni peršin, govedu juhu, 4 dl bijelog vina**, 2—3 rajčice za ukras, 1/2 bočice kečapa od rajčica, 1,20 kg svježeg kupusa, 40 dag krumpira.

Slaninu narežite na veće komade i popržite, dodajte sitno nasjecani luk. Kad zažuti dodajte meso narezano na kocke kao za gulaš. Kad se meso skruti, dodajte cijele, oprane gljive, pirjajte, pa dodajte i kobasice narezane na ploške, zatim sve začine. Zalijte vinom i juhom da jelo bude jušasto. Kupus prerežite, izrežite mu kocen a lišće narežite na kocke. Sve pomiješajte i premjestite u zemljani zdjelu. Složenac mora biti jušast. Oprane rajčice narežite na kolutove i stavite da plivaju po površini. Neka se zapeče na laganoj vatri u pećnici oko sat i pol.

****SAVJET:** bijelo vino u jelu možete zamijeniti zašćerenim octom od bijelog vina.

RUČAK: musaka od prepelica*, riža.

VEČERA: palačinke s narančama (pogledajte 7. XII).

MUSAKA OD PREPELICA*

PRIPREMITE: 2 prepelice, 1 kg patlidana, sol, papar, malo brašna, 3—4 cijela jaja, 5 dl mlijeka, mast.

*Plave patlidane operite, narežite na tanke kolutove, osolite ih i ostavite da malo stoje i puste vodu. U međuvremenu očistite prepelice**, narežite ih, osolite, popaprite i malo propržite na masti. Onda dodajte vodu i pustite da se pirjaju. Patlidane ocijedite (nemojte ih previše stiskati), uvaljajte u brašno i ispržite. U vatro-stalnu posudu stavite 2 prsta debeo sloj patlidana, na to dopola ispirjane prepelice, pokrijte patlidane. U sok u kojem su se pirjale prepelice dodajte mlijeko u kojem ste umutili jaja, pa time prelijte cijelu musaku. Stavite u zagrijanu pećnicu i zapecite. Poslužite u istoj posudi i to odmah, neka ne stoji.*

****SAVJET:** prepelice su sitne ptice, ali spadaju u najfiniju divljač. Treba ih odmah pripremiti. Čupajte ih na suho (bez prelijevanja kipućom vodom). Odrežite glavu i krilca, pa uzmite pticu u lijevu ruku a desnom čupajte perje najprije s leđa, s nogu i vrata, a tek na kraju s grudi, jer je tako koža najosjetljivija. Držite pticu čvrsto da joj se koža dobro napne i čupajte 2—3 perca odjednom. Očerupanu prepelicu očistite iznutra.

RUČAK: pirjana goveđa pečenka (pogledajte 12. II), kuhani krumpir**, pita s ananasom.

VEČERA: sir i vrhnje.

PITA S ANANASOM*

(slika 17)

PRIPREMITE: za tijesto: 12 dag maslaca ili margarina, 1/2 dl šećera, 1 žumanjak, 3 dl brašna; za umak od vanilije: 3/4 dl šećera, 2 jaja, 1 žumanjak, 1,5 dl slatkog vrhnja, 1 šipku vanilije ili omot vanilin-šećera; za ukras: 1 ananas ili konzervu ananasa, malo želea od borovnica ili ribizla, 2 dl narančina soka, 2,5 lista želatine ili gotov preljev za tortu.

Na dasku stavite brašno i smrvite ga s maslacem, dodajte ostale sastojke i zamijesite tijesto. Neka stoji na hladnom jedan sat. Zatim razvaljajte tijesto i pokrijte njime dno i stranice plitkog okruglog kalupa, pa ispecite. Stavite u pećnicu na 200° i pecite deset minuta. U međuvremenu istucite slatko vrhnje i umiješajte ostale sastojke umaka od vanilije, ulijte u tijesto i pecite još 20 minuta. Pustite da se ohladi. Na površinu poslažite kolutove ananasa, a svakome u središnju šuplinu stavite malo želea. Želatinu otopite u narančinom soku ili — ako je ananas iz kompota — u soku od kompota i time prelijte tortu.

****SAVJET:** oguljen i u slanoj vodi kuhan krumpir dobit će nov okus ako vodi dodate malo piva.

RUČAK: juha od graha, murterski zelenjak*.

VEČERA: kobasice-pečenice**, salata od kupusa.

MURTERSKI ZELENJAK*

PRIPREMITE: 50 dag pšeničnog brašna, 50 dag blitve, 50 dag poriluka ili divljeg luka, 20 dag maslinovog ulja, sol, papar.

Od brašna, soli i malo vode zamijesite tijesto, podijelite u dva dijela i svaki dio razvaljajte da bude deo nešto manje od pola centimetra. Blitvu i poriluk operite, očistite, nasjeckajte, pa osolite i popaprite. Prvu polovicu tijesta stavite u nauljeni lim, pazite da pokrije i dno i stranice. Stavite pomiješano povrće, osolite ga, poprskajte vodom i zalijte uljem. Pokrijte drugom polovicom tijesta i rubove slijepite, pa uvinite prema gore da smjesa ne izlazi van. Poprskajte uljem i pecite u pećnici na slaboj vatri oko jedan sat. Poslužite toplo.

****SAVJET:** kobasice-pečenice bit će bolje ako ih najprije premažete tučenim jajima i uvaljate u oštro (grifig) brašno. Pržite ih oko deset minuta.



Slika 25

Cikla pruža razne mogućnosti za pripravljanje osim već dobro poznate salate. Sasvim gore: salata od sirove cikle (pogledajte 10. I), sasvim lijevo: kuhana cikla (21. IX), u sredini: punjena cikla (4. X), sasvim naprijed: salata od cikle (12. XII).

Slika 26

Juhe nikad ne mogu dosaditi, osobito ako se trudite da pripremite uvijek nešto novo i od tih jela. Gore lijevo: gusta juha od leće (pogledajte 6. I), gore desno: gusta juha od povrća (pogledajte 27. II), sredina dolje: kokošja juha (22. XII), sredina desno: tamna goveda juha sa žličnjacima od moždine (12. XI), dolje lijevo: juha od bubrega (16. III) i dolje desno: juha od mozga (26. IV).



RUČAK: tokány s paprom*, tarana.

VEČERA: naglo pržena pileća jetra, miješana salata sa crvenim kupusom (pogledajte 18. I).

TOKÁNY S PAPROM*

PRIPREMITE: 1 kg govedine, 15 dag masti, 15 dag ukuhane rajčice, 30 dag luka, 2 dl bijelog vina, 6 grama papra**, sol, 2 dl vrhnja.

Meso narežite na malene, dugoljaste komadiće. Luk očistite, nasjeckajte i ispržite na masti. Dodajte meso, osolite, popaprite, zalijte vinom i polako pirjajte. U omekšano meso dodajte vrhnje i još malo propirjajte.

****SAVJET:** iako se općenito smatra da Mađari u svako jelo stavljaju mljevenu crvenu papriku, ima i izuzetaka kao što je ovo. Tradicija spremanja jušastih jela u kotliću još je vrlo živa u naših susjeda, no to ne znači da oni jedu najradije gulaše. Ono što mi na brzinu smatramo gulašom oni dijele na više vrsta: gulaš je juha ili jušasto jelo od mesa s lukom i paprikom, s narezanim krumpirom ili tjesteninom. Pörkölt (perkelt) ima mnogo više luka nego li gulaš, meso se tu pirja, a ne kuha, pa je i umak gust. Tokány je sličan, ali je meso sitnije narezano, stavlja se manje luka i paprike (koja se može zamijeniti i paprom), a dodaju se ponekad i gljive, grašak i drugo povrće. Paprikaš je nalik perkeltu, ali se dodaje mnogo vrhnja, a priprema se od peradi, teletine, janjetine i slatkovodnih riba. Vrhnje se uopće obilato upotrebljava u mađarskoj kuhinji.

RUČAK: kelj sa začinima (pogledajte 28. XII), pohani kruh.
VEČERA: bijela kava, crni kolač*.

CRNI KOLAČ*

PRIPREMITE: 2 jaja, 25 dag šećera, 10 dag maslaca ili margarina, 25 dag brašna, 1/4 l mlijeka, 1 prašak za pecivo, malo naribane limunove kore, 5 dag kaka, mrvica.

*Miješajte jaja sa šećerom, zatim dodajte omekšani maslac, pa ostale sastojke. Tijesto je dosta mekano i neka vas to ne brine. Ulijte ga u maslacem namažan i mrvicama posut lim**. Stavite u zagrijanu pećnicu i pecite na srednje jakoj vatri pola sata.*

****SAVJET:** jaja najprije miješajte s manjom količinom šećera, pa kad se smjesa počne pjeniti, pomalo dodavajte ostatak šećera. Kolač će imati ljepši miris ako u mlijeku prokuhate šipku vanilije. Ispečeni kolač malo navlažite mlijekom ako vam se čini da je korica pretvrda.

RUČAK: istarska maneštra (pogledajte 5. IX), kompot od kruška.
VEČERA: međimurska gibanica*, mlijeko.

MEĐIMURSKA GIBANICA*

PRIPREMITE: za tijesto: 1 kg oštrog brašna, 2 jaja, malo soli; za 1. nadjev: 20 dag samljevenog maka, 2 dl mlijeka, šaku grožđica, 5 dag šećera, 1 vanilin-šećer; za 2. nadjev: 70 dag jabuka, 5 dag šećera, malo cimeta; za 3. nadjev: 50 dag sira, 3 jaja, malo soli, 5 dag maslaca, 4—5 žlica šećera; za 4. nadjev: 15 dag oraha, 5 dag šećera; još posebno 15 dag maslaca za mazanje.

*Zamijesite tijesto s mlakom vodom i rastegnite kao za savijaču. Dok se suši pripremite nadjev: za 1. nadjev prelijte mak, šećer i grožđice kipućim mlijekom i promiješajte. Za drugi nadjev ogulite i naribajte jabuke, dodajte šećer i cimet. Za treći nadjev mikserom pomiješajte sir, jaja, šećer, malo soli i otopljeni maslac. Tijesto narežite na komade velike koliko je velik lim (zapravo bi trebalo biti načinjen od keramike). Namažite ga maslacem. Stavite na dno 4—5 listova, svaki list poskropite otopljenim maslacem. Na to stavite nadjev od maka, pokrijte s nekoliko listova, pa nadjev od sira, pokrijte listovima (uvijek svaki nakapajte maslacem), pospite orasima, opet listove, pa jabuke (da se sok iz njih cijedi na orahe), na vrh preostale listove. Najgornji obilato premažite maslacem. Pecite na 180—200° oko pola sata**. Poslužite toplo ili hladno.*

****SAVJET:** nakon 25 minuta pokrijte folijom ili papirom da gornji sloj ne bude prepečen.

RUČAK: juha od srnetine*, zapečena kašica od krumpira (pogledajte 22. XI), kelj lešo.

VEČERA: srnetina u umaku od vrhnja i češnjaka, okruglice od kruha.

JUHA OD SRNETINE*

PRIPREMITE: jezik, mozak, srce, bubrege i pola jetre jednog srndača ili srne, žlicu masti, 1 mali poriluk, vezicu zelenog peršina, sol, papar, 2 dl crnog vina, stari kruh, maslac, sol, papar.

*Opranu ponutricu skuhajte u slanoj vodi. Onda jezik i mozak ogulite, pa svu ponutricu nasjeckajte. Poriluk očistite i nasjeckajte. Propirjajte ga na luku, dodajte meso, sol, papar i nasjeckani zeleni peršin. Zalijte juhom u kojoj se ponutrica kuhala i vinom. Neka kuha još pola sata. Stari kruh narežite na što tanje kriške, pa na kockice koje ispržite na maslacu i poslužite uz juhu**.*

****SAVJET:** sitnež od divljači najčešće se upotrebljava za pripremanje juha ili pašteta. Ali i starija pernata divljač dobra je najviše za juhu, jer je pretvrda za pečenje ili pirjanje. Također su dobre i juhe od kostiju divljači, s kojih se najprije skine meso i upotrijebi za neko drugo jelo.

RUČAK: juha od telećih kostiju, finkadella (pogledajte 15. III), kompot.

VEČERA: karijske palačinke*.

KARIJSKE PALAČINKE*

(slika 14)

PRIPREMITE: za tijesto: 2 jaja, 25 dag brašna, 1/2 l mlijeka, 6 dag šećera, malo soli, žlicu ruma; ulje za prženje; nadjev: 1 žlicu otopljenog maslaca, sok manjeg limuna, 1 dl šećera u prahu, 4 maslaca, vrlo zrele banane, 1 žlicu ruma.

*Zamijesite tijesto za palačinke**. Pomiješajte otopljeni maslac za nadjev sa šećerom i limunovim sokom. Dobit ćete gust sirup. Ogulite banane, zgnječite ih vilicom i dodajte u sirup. Dobro pomiješajte, pa dodajte i rum. Ispecite palačinke, namažite ih mješavinom od banana. Odmah poslužite.*

****SAVJET:** tijesto za palačinke možete načiniti u posljednji trenutak, ali je bolje da stoji najmanje dva sata. Tada će tijesto biti bolje povezano. Vrijeme odmaranja možete skratiti ako tijesto malo dulje miješate električnim ili ručnim mikserom, koji također vrlo dobro smiješa sastojke.

RUČAK: zec na bečki način*, okruglice od kruha, salata, kolač s bademima (pogledajte 5. III).

VEČERA: hrenovke, jogurt.

ZEC NA BEČKI NAČIN*

PRIPREMITE: za rasol: 1/2 l razblaženoga vinskog octa, žličicu soli, 2—3 mrkve, korijen celera, korijen peršina, 1 glavica luka, 1/4 limunove kore, papar u zrnu, lovorov list, nekoliko listića ružmarina, brinje (borovicu); 1 zeca, mast, 15 dag suhe slanine, 4—5 glavice luka, 1/2 l vrhnja.

*Skuhajte sve sastojke za rasol u 2 litre vode. Zeca ogulite, narežite i prelijte ohlađenim rasolom. Neka stoji najmanje jedan dan, a povremeno ga okrećite. Ispržite na masti kockice suhe slanine i nasjeckani luk. Dodajte meso i pirjajte zalijevajući procijeđenim rasolom. Protisnite (propasirajte) povrće iz rasola, pa dodajte mesu. Kad meso bude mekano dolijte vrhnje i provjerite treba li umaku još začina**.*

****SAVJET:** ovakav rasol možete koristiti za veće komade govedine i drugog mesa ako ga želite pripremiti kao divljač. Umaku možete dodati vina koje ćete kasnije poslužiti uz ručak.

RUČAK: juha od mozga (pogledajte 26. IV), bečki punjeni krumpir*, salata.

VEČERA: pržene girice**, salata.

BEČKI PUNJENI KRUMPIR*

PRIPREMITE: 10 žutih, jednako velikih krumpira koji ukupno teže otprilike 1 kg; za nadjev: 10 dag maslaca, 10 dag skuhanoga suhog mesa, sol, papar, malo naribanoga muškarnog oraščića, 2 dl vrhnja.

Krumpire dobro operite četkom da dobiju lijepu svjetložutu koru, pa ih položite na lim posut solju i ispecite u pećnici. Svakom krumpiru izrežite poklopac u obliku klina, pa krumpire izdubite. Izdubljeni dio zgnječite vilicom i dodajte ga u pjenasto izmiješani maslac. Osolite, umiješajte nasjeckano suho meso i vrhnje (pazite da nadjev ne bude prerijedak). Napunite krumpir tim nadjevom, a izrezani poklopac utaknite ukoso u nadjev kao kod uštipaka s kremom („princes-krafna“). Vratite ih u pećnicu da se dobro zagriju i odmah poslužite.

****SAVJET:** ako želite pržiti ili pohati male ribice ili manje komade mesa stavite ih zajedno s brašnom u plastičnu kutiju ili sasvim čistu plastičnu vrećicu. Dobro protresite — svi će komadi biti jednolično uvaljeni u brašno, a svi će istodobno biti spremni za prženje.

RUČAK: punjeni kupus (pogledajte 25. I), pirjana riža**.

VEČERA: kocke Đurđa*, kakao.

KOCKE ĐURĐA*

PRIPREMITE: za tijesto: 4 bjelanjka, 14 dag lješnjaka, 14 dag šećera; za kremu: 2 cijela jaja, 5 žlica brašna, 3 rebra čokolade ili 2 žlice kakaa (2 žlice šećera dodajte jer je kakao gorak), 1 žlicu škrobnog ili glatkog brašna, 3 žlice crne kave ili mlijeka, 20 dag maslaca; maslac i brašno za lim.

Lješnjake popržite i sameljite. Istucite vrlo čvrsti snijeg i u nj malo dodajte šećer. U gustu smjesu dodajte još i lješnjake. Uzmite lim toliko velik da tijesto bude sasvim tanko. Namažite ga maslacem i pobrašnite, pa ulijte smjesu. Čim bude ispečeno, prerežite da biste dobili tri jednaka dijela, jer ako stoje otvrdnu. Za kremu dobro pomiješajte jaja sa šećerom, dodajte čokoladu, brašno i crnu kavu. Skuhajte na pari da se zgusne. Neka se hladi. Dobro izradite maslac i dodajte ga u ohlađenu kremu. Premažite sva tri lista i sastavite kocke. Neka stoje dan-dva prije posluživanja.

****SAVJET:** kad pirjate ili kuhate rižu, ugasisite vatru prije no što će sasvim omekšati. Ostavite je poklopljenu još nekoliko minuta.

RUČAK: purica s mlincima, salate, naranče ili grejp**.

VEČERA: torta s ukuhanim breskvama*, mlijeko.

TORTA S UKUHANIM BRESKVAMA*

(slika 17)

PRIPREMITE: za tijesto: 20 dag maslaca ili margarina, 1 dl šećera, 5 dag čokolade, 5 dl brašna; za kremu: 3 žumanjka, 2 žlice škrobnog brašna, 3/4 dl šećera, 5 dag čokolade, žlicu konjaka, 1,5 dl slatkog vrhnja, žlicu šećera u prahu; čokoladni umak za ukras: 7,5 dag čokolade, 1 dl šećera; za ukras breskve iz kompota i šaku badema.

Miješajte maslac sa šećerom i dobit ćete glatku, pjenastu smjesu kojoj dodajte otopljenu čokoladu i brašno. Dobro pomiješajte i stavite na hladno da stoji nekoliko sati. U međuvremenu pripremite kremu: miješajte žumanjke i šećer, pa u pjenastu masu dodajte brašno, otopljenu čokoladu i konjak. Skuhajte na pari da se lijepo zgusne — neprekidno miješajte. Stavite da se dobro ohladi. Tijesto podijelite u četiri dijela, razvaljajte i listove za tortu parite po deset minuta na 200° u pećnici. Neka se ohlade. Onda ih premažite kremom, u koju ste dodali istučeno i zašećereno slatko vrhnje. Slijepite tortu. Ukrasite je dobro ocijedenim breskvama, pospite na listiće narezane bademe. Čokoladu otopite sa šećerom i 1 dl vode pa gustom smjesom išarajte tortu.

****SAVJET:** ako naranču ili grejp stavite na minutu-dvije u zagrijanu pećnicu lako ćete i lijepo oguliti ne samo vanjsku koru već i unutrašnju bijelu opnu.

RUČAK: juha** od boba (pogledajte 15.II), podravski bogati krumpir*, ukiseljene paprike.

VEČERA: omlet s ostacima pečenja od prethodnog dana, jogurt.

PODRAVSKI BOGATI KRUMPIR*

PRIPREMITE: 1 kg krumpira, 10 dag suhe slanine, 3 jaja, 2 dl kiselog vrhnja.

Krumpir skuhaite, ogulite i zgnječite vilicom (ne onako sitno kao za pire!). Slaninu nasjeckajte, propržite na vatri da se otopi, dodajte jaja, krumpir i vrhnje. Osolite i miješajte na vatri da se lijepo zapeče.

****SAVJET:** u presoljenu juhu stavite prokuhati sirovi krumpir, pa će on upiti suvišnu sol.

RUČAK: govedina s curryjem*, riža, miješana salata.

VEČERA: mozak s jajima.

GOVEDINA S CURRYJEM*

PRIPREMITE: 1/2 kg govedine, 1 glavica luka, 1 mali krumpir, ulje, 1 žličicu curryja**, 2 žlice brašna, 1 litru juhe (može koncentrat), 2 mrkve, malo limunova soka, sol.

Narežite govedinu na kockice. Na ulju ispržite sasvim sitno nasjeckani luk. U omekšani luk dodajte usitnjeni krumpir, brašno i curry. Na slaboj vatri pržite 2—3 minute, zalijte juhom. Dodajte meso i posolite. Kad provri, dodajte mrkve narezane na tanke kolutove i limunov sok. Pokrijte i pirjajte 3 sata. Ako upotrebite ekspres-lonac, sve će trajati mnogo kraće.

****SAVJET:** curry je začim koji se kod nas ne upotrebljava često, a odlično se slaže s raznim vrstama mesa. Najčešće se koristi za perad i govedinu. Miris curryja naročito će se dobro istaći ako ga stavite izravno na ugrišanu masnoću.

RUČAK: fazani s vrhnjem*, pire od krumpira, salata od crvenog kupusa.

VEČERA: zubatac s majonezom (pogledajte 13. IV).

FAZANI S VRHNJEM*

PRIPREMITE: 2 fazana**, 8 dag suhe slanine, sol, 4 dag peršinovog i 3 dag celerovog korijena, 4 dag mrkve, 3 dag luka, 10 dag masti, juha za zalijevanje, 2 dag brašna, 2,5 dl kiselog vrhnja.

Fazane očistite izvana i iznutra, osolite ih izvana i iznutra. Slaninu narežite na rezance pa utisnite (našpikajte) u meso fazana. Pecite ih jedan sat na vrućoj masti sa nasjeckanim korijenjem i lukom. Podlijevajte juhom i sokom. Mekane fazane izvadite, umak pobrašnite, miješajte da porumeni. Zalijte juhom i vrhnjem. Prokuhajte, umak protisnite (propasirajte) i poslužite uz fazane.

****SAVJET:** fazana u pravilu ne jedite čim je ubijen, neka stoji 3—4 dana — neki narodi vole da stoji i dulje, tako da mu miris čak postane prejak. Bez obzira na to kako dugo ga namjeravate pustiti da leži čupajte ga tek u posljednji trenutak i to na suho. Prvo čupajte pera s leđa, pa s vrata i glave. S repa čupajte samo sitna perca u korijenu repa od gore i od dolje, a tek onda lijepo, dugačka, jer se teško čupaju i zato lako pokvare. Na kraju pažljivo očupajte prsa, gdje je koža najosjetljivija. Onda izvadite gušu, dolje rasporete i izvadite cijelu utrobu. Jetra, srce i želudac upotrijebite za jelo. Fazane možete pripremati na različite načine, ali meso im nije masno pa ga treba nabosti suhom slaninom ili ih njome omotati.

RUČAK: crveno pile (pogledajte 9. VIII), široki rezanci**, salata od kiselog kupusa, kocke od kestenja*.

VEČERA: kolač, kuhano crno vino (pogledajte 1. I).

KOCKE OD KESTENJA*

(slika 17)

PRIPREMITE: za tijesto: 14 dag šećera, 6 jaja, 14 dag protisnutog skuhanog kestenja (ili 25 dag sirovog), 10 dag čokolade, 2 dag brašna; nadjev: 2,5 dl slatkog vrhnja, 4 dag šećera u prahu, 10 dag protisnutog skuhanog kestenja (17 dag sirovog); za preljev: 40 dag čokolade, 2 žlice otopljenog maslaca, 2 dl slatkog vrhnja i nekoliko bombona.

Miješajte šećer sa žumanjcima, pa u glatku, pjenušavu smjesu dodajte kestenje, otopljenu čokoladu, brašno i snijeg od bjelanjaka. Ispecite u namaštenom i pobrašnjenom limu. Ohlađeni kolač vodoravno prerežite. Za kremu istucite slatko vrhnje, dodajte šećer, pa mali dio odvojite za ukras. U preostalo dodajte kestenje, premažite donji dio tijesta, gornjim pokrijte. Za preljev otopite čokoladu i maslac u manjoj posudi koja je zaronjena u veću, napunite vodom. Kad dobijete glatku, gustu smjesu, maknite je s vatre, dodajte neistučeno slatko vrhnje, pa dobro pomiješajte. Neka se gotovo do kraja ohladi, pa većim dijelom preljeva namažite tijesto, a preostalim načinite ukrasna rebra štrcaljkom. U svaku četvorinu stavite malo tučenog slatkog vrhnja i po 1 bombon.

****SAVJET:** voda vam neće kipjeti iz lonca u kojem kuhate tjesteninu ako poklopac okolo naokolo namažete margarinom ili maslacem.

RUČAK: zapečeni poriluk (pogledajte 9. I), „flan“ s jabukama*.
VEČERA: omlet sa suhom slaninom (pogledajte 18. X).

„FLAN“ S JABUKAMA*

PRIPREMITE: 4 jabuke, žlicu maslaca ili margarina, maslac za mazanje, 4 jaja, 4 žlice šećera, malo soli, 4 žlice ruma.

Operite jabuke, očistite ih i narežite na kriške. Ispirajte ih na žlici maslaca. Miješajte. U međuvremenu namažite kalup maslacem. Tucite jaja sa šećerom, dodajte sol, zatim i rum. Mekane jabuke poslažite na dno kalupa, prelijte mješavinom i stavite u zagrijanu pećnicu. Pecite pola sata na umjerenoj vatri.

****SAVJET:** jabuke se dadu pripremiti na mnogo načina, iako ih valja što više jesti i sirove, jer sadrže vitamine i mineralne soli. Jabuke se najviše upotrebljavaju za slatka jela od kompota do pita, savijača i torti, no kisele vrste su dobre i kao prilog ili nadjev slanim jelima. Pirjane, nezašeerene jabuke daju se i kao prilog divljači, ponekad i pečenjima od drugog mesa, te masnim, teškim kobasicama.

RUČAK: vijenac od špinata (pogledajte 27. IV), pirjana jetra, kompot.
VEČERA: hranjiva salata od matovilca*.

HRANJIVA SALATA OD MATOVILCA*

PRIPREMITE: 3 šake očišćenog matovilca, 15 dag suhe slanine, 20 dag šunke, 20 dag kobasica, 4 jaja, 20 dag cikle, 2 žlice vinskog octa, sol, papar.

*Suhu slaninu narežite na kockice. Jaja skuhaite, ogulite ih** i narežite na veće kocke. Skuhajte ciklu, pa i nju narežite na kockice. Šunku i kobasice kupite u komadu kako biste i njih narezali na kockice. Matovilac pažljivo očistite, dobro operite i ocijedite. Ovo posljednje je naročito važno jer se u matovilcu može zadržati mnogo vode. Malo zagrijte zdjelu za salatu i u njoj pomiješajte sve povrće, meso i jaja. Na masti otopite suhu slaninu, zalijte octom i kad provrije, dodajte sol i papar, pa time zalijte salatu i odmah je poslužite.*

****SAVJET:** tvrdo kuhana jaja ćete najlakše oguliti ako ih ravno s vatre premjestite u hladnu vodu i u njoj ostavite nekoliko minuta.

RUČAK: grah s kiselim kupusom, kuhano suho meso, jabuke.

VEČERA: savijača od vrhnja*, mlijeko.

SAVIJAČA OD VRHNJA*

(slika 2)

PRIPREMITE: tijesto za savijaču; za nadjev: 15 dag maslaca ili margarina, 10 dag šećera, 4 jaja, sok i korica od 1/2 limuna**, malo soli, malo mlijeka, 5 žemlji ili drugog peciva, 1/4 l kiselog vrhnja, 6 dag grožđica, maslac ili margarin za lim i premazivanje, 1/4 l mlijeka za zalijevanje, šećer u prahu za posipavanje.

Žemlje namočite u mlijeko. Maslac pjenasto umiješajte, pa dodajte šećer, zatim umiješajte jedan po jedan žumanjak. Žemlje ocijedite i protisnite koricu od limuna, malo soli, vrhnje, grožđice i na kraju čvrsti snijeg od bjelanjaka. Time premažite tijesto za savijaču, savijte ga i smjestite u namašteni lim. Savijaču premažite rastopljenim maslacem i stavite peći u zagrijanu pećnicu. Polupečenu savijaču zalijte vrućim mlijekom i ispecite do kraja. Ispečenu pospite šećerom.

****SAVJET:** zdrav i sočan limun prepoznat ćete po tankoj koži i sjajnožutoj boji.

RUČAK: grgeč na balatonski način*, pire od krumpira, salata.

VEČERA: češki grašak (pogledajte 31. VII — upotrijebite duboko smrznuti grašak ili konzervirani).

GRGEČ NA BALATONSKI NAČIN*

PRIPREMITE: 2 velika ili 4 mala grgeča, 5 žlica ulja, 10 dag brašna, 1 žlicu mljevene crvene paprike, sol.

*Očistite ribe** razrežite dijagonalno, očistite i natrag zatvorite. Osolite ih. U brašno umiješajte crvenu papriku, pa u to obilato uvaljajte ribu. Svaku savijte tako da joj glava i rep budu zajedno. Uzmite za prženje posudu toliko malenu da se riba prži tako savijena, tj. stiješnjena uz rubove. Ispržite svaku ribu posebno na mnogo ulja, najprije s jedne, pa s druge strane da budu zlatno-smeđe (otprilike po 10 minuta). Poslažite savijene ribe na zagrijani pladanj i uz njih stavite pire.*

****SAVJET:** ribu možete sačuvati svježom dan-dva ako je očistite, pa iznutra i izvana malo pospete šećerom u prahu. Prije kuhanja je operite.

RUČAK: teleća prsa na rimski način (pogledajte 22. II), banane**.

VEČERA: savijača od kupusa*.

SAVIJAČA OD KUPUSA*

PRIPREMITE: 1/2 kg tijesta za savijaču, 1 kg kupusa, 12 dag masti, sol, papar, 3 dag šećera.

Kupus narežite ili naribajte kao za salatu. Osolite ga i ostavite stajati jedan sat. Zatim ga dobro ocijedite. U zagrijanu mast uspite šećer da dobije boju, dodajte kupus i ispirajte ga na jakoj vatri. Neka se ohladi. Zatim dobro popaprite, nadjev mora biti oštar. Tijesto poskropite vodom i otopljenom masti, stavite nadjev, uvijte savijaču i stavite na zamašteni lim. Pecite na srednjoj vatri i premazujte mješavinom tople vode i masti da ne bude pretvrdo. Poslužite toplo.

****SAVJET:** banane nemojte držati u hladnjaku, jer bi se tamo ubrzo pokvarile. Treba ih držati na svježem mjestu s dosta zraka. Ako su zelene, zamotajte ih u mnogo novina i za dan-dva bit će odlične.

RUČAK: kokot u vinu (pogledajte 22. I), torta Ljubica*.

VEČERA: torta, kakao.

TORTA LJUBICA*

PRIPREMITE: 16 dag šećera, 16 dag čokolade, 8 jaja, 10 dag samljevenih oraha, 5 dag mrvica; maslac i mrvice za kalup; za kremu: 15 dag čokolade, 3 dl slatkog vrhnja, 10 dag šećera, 3 žumanjka, 25 dag maslaca.

*Za tijesto skuhaite gust sirup od šećera i 2 dl vode — kuhajte miješajući 5—10 minuta. U međuvremenu stavite čokoladu u toplu pećnicu da omekša**, zatim dodajte gustom sirupu. Neka se ohladi. Onda umiješajte jedan po jedan žumanjke, zatim orahe i mrvice, a na kraju tvrdi snijeg od bjelanjaka. Smjesu ulijte u kalup koji ste premazali maslacem i posuli mrvicama. Pecite jedan sat na slaboj vatri; provjerite da li je pečeno. Za kremu opet smekšajte čokoladu u pećnici, pomiješajte s vrhnjem, šećerom i žumanjcima, pa tucite na pari da se lijepo zgusne. Neka se ohladi. Izradite maslac da biste dobijali glatku, laganu smjesu koju žlicu po žlicu umiješajte u kremu. Hladno tijesto prerežite u tri lista, namažite ih kremom, slijepite tortu. Izvana je također omažite kremom.*

****SAVJET:** čokoladu ćete najbolje otopiti ako je stavite u zdjelicu, nju u veći lončić pun vode, pa u pećnicu. Nikad je nemojte topiti izravno na vatri. Mnogi ljudi se odriču čokolade jer je jako hranjiva, ali je u umjerenim količinama valja jesti jer ima vitamina i mineralnih soli. Osobito će dobro doći djeci — ali odmah iza obroka i u razumnim količinama.

RUČAK: tamna goveđa juha sa žličnjacima od moždine*, govedina s umakom od hrena, kuhani krumpir, pita s ananasom (pogledajte 22. X).

VEČERA: salata od kuhane govedine, tvrdo kuhanih jaja i kiselih krastavaca.

TAMNA GOVEĐA JUHA SA ŽLIČNJACIMA OD MOŽDINE*

(slika 26)

PRIPREMITE: za juhu: 5 dag goveđe jetre i slezene, 8 dag mrkve, 4 dag korijena celera, 3 dag masti, 8 dag korijena peršina, 5 dag luka, 1,5 kg govedine; za žličnjake: 10 dag goveđe moždine, 2 jaja, 2 žemlje, 1 dag maslaca, 5 dag bijelih mrvica, sol, papar, zeleni peršin.

*Na masti ispržite usitnjene kosti, slezenu i jetru. Dodajte očišćeno i narezano korjenasto povrće pa kad požuti, dodajte nasjeckani luk. Čim sve posmeđi, odlijte mast, zalijte 3 l vode, pa dodajte govedinu, sol i papar. Kad provre smanjite vatru i kuhajte najmanje dva sata (u ekspres-loncu 40 min) da meso omekša. Žemljama ostružite koricu, namočite ih u vodu, pa nakon nekog vremena dobro ocijedite i protisnite (propasirajte). Dodajte im mrvice, omekšani maslac, sol i moždane koje ste najprije otopili, ocijedili, pa pustili da se opet stvrdnu. Tu smjesu dobro promiješajte. Neka stoji pola sata. Juhu ocijedite, vratite na vatru i kad provrije za-kuhajte žličnjake**. Neka kuhaju 2 minute i stoje poklopljeni još 10 min. Prije posluživanja dodajte nasjeckani zeleni peršin.*

****SAVJET:** ako želite savršeno prozirnu juhu dodajte joj pod kraj kuhanja dobro oprane ljuske od jajeta, a žličnjake ili neku drugu tjesteninu skuhaite posebno, u osoljenoj vodi, ocijedite i dodajte juhi.

RUČAK: varivo od bijeloga graha (pogledajte 21. II).

VEČERA: nabujak od sardina*, salata od cikle.

NABUJAK OD SARDINA*

PRIPREMITE: 5 dag maslaca ili margarina, 4 dag brašna i 1 dl mlijeka za bešamel-umak; 15 dag sardina iz konzervi, 10 dag ribanog sira, 4 jaja, sol, papar.

*Zagrijte maslac da se otopi, ne smije posmeđiti. Uspite brašno, miješajte drvenom kuhačom i malo propržite. Ni brašno ne smije potamnjeti. Ulijte (mlako!) mlijeko i dalje tucite smjesu žicom za snijeg da se ne stvore grudice. Neka se zgusne na vatri. Osolite, popaprite i maknite s vatre. Umiješajte jedan po jedan žumanjak, zatim i sir. Tucite žicom. Izvadite sardine iz ulja i pustite da se ocijede. Onda ih zgnječite vilicom pa umiješajte u smjesu. Na kraju istucite vrlo čvrsti snijeg od bjelanjaka i oprezno umiješajte u smjesu. Zamastite kalup, ulijte smjesu i stavite u zagrijanu pećnicu. Pecite oko 25 minuta. Nemojte otvarati vrata pećnice za vrijeme pečenja. Odmah poslužite**.*

****SAVJET:** ako vam iznenada dođu gosti, možete ih počastiti ovim efektivnim i ukusnim nabujkom, uz njih će pristajati bijelo vino ili ružica. Važno je pažljivo ocijediti sardine da ulje ne dođe u smjesu. Nabujak će biti još ukusniji ako zgnječene sardine zakiselite limunovim sokom.

RUČAK: mađarsko pile (pogledajte 24. IX), jabuke.
VEČERA: međimurska „tenka zlevanka“, mlijeko.

MEĐIMURSKA „TENKA ZLEVANKA“*

PRIPREMITE: 50 dag kukuruznog brašna, 3 dl mlijeka, 2 dl kiselog vrhnja, 1 jaje, malo soli, 1 žlicu šećera, malo maslaca ili margarina, 10 dag oraha, još 3 dl vrhnja, šećer u prahu za posipavanje.

*Stucite jaje, umiješajte vrhnje i mlijeko, dodajte sol, šećer i na kraju brašno. Gustu, jednoličnu masu ulijte u lim ili u vatrostalnu posudu namazanu maslacem ili margarinom. Orahe ogulite** i grubo naribajte, pa pospite po tijestu. Zalijte s onih 3 dl vrhnja. Pecite pola sata na srednje jakoj vatri. Pošećerite i poslužite toplo.*

****SAVJET:** orahe ćete lakše oguliti ako ih potopite u vrelu osoljenu vodu.

RUČAK: gnijezdo od kiselog kupusa*, okruglice sa šunkom (pogledajte 14. II), minjoni s voćem iz kompota (pogledajte minjone s malinama 16. VII).

VEČERA: češki uštipci (pogledajte 23. I), mlijeko.

GNIJEZDO OD KISELOG KUPUSA*

PRIPREMITE: 1 kg narezanog kiselog kupusa, 25 dag suhoga mesa bez kostiju, 50 dag svinjetine, 20 dag krumpira, mast ili ulje, 1/2 l goveđe juhe (može koncentrat).

*Suho meso narežite na tanje ali veće kriške, pa pirjajte s kiselim kupusom na masti. Povremeno dolijevajte vode. Svježe meso narežite na komade, a krumpir ogulite i naribajte, pa i to dodajte kiselim kupusu. Dugo i polako pirjajte, povremeno miješajući i dolijevajući juhu ili vodu. Omekšani kupus i meso stavite u dublju zdjelu uokrug, nalik na gnijezdo, a u sredinu stavite okruglice sa šunkom**.*

****SAVJET:** okruglice od šunke možete zamijeniti okruglicama od kruha, krumpira ili jetre. Važno je da su okruglice u sredini kao što su jaja usred gnijezda.

RUČAK: plućica na kiselo*, okruglice od kruha, voće.

VEČERA: krvavice, žganci, ukiseljene paprike.

PLUĆICA NA KISELO*

PRIPREMITE: 1,5 kg telećih plućica; za kuhanje: 1/8 l octa, 8 dag peršinovog korijena, 8 dag mrkve, 4 dag celerovoga korijena, 5 dag luka, 5—6 zrna papra, sol; za umak: 12 dag masti, 12 dag brašna, 2 dag luka, zeleni peršin, limunov sok, ocat, sol, majčinu dušicu, lovorov list.

*Očišćena teleća pluća pristavite u osoljenu vodu, dodajte očišćeno korjenasto povrće, ocat, luk i papar. Skuhana pluća izvadite, ohladite i narežite na rezance. U međuvremenu na masti zažutite nasjeckani luk, pospite brašnom i miješajte da dobijete smeđasti zapržak. Zalijte procijeđenom juhom u kojoj su se kuhala pluća. Kad provrije, dodajte narezana pluća, lovor, sol, majčinu dušicu, naribanu koricu limuna (samo malo), te toliko limunova soka i octa da bude kiselo po vašem ukusu. Provjerite treba li još soli i papra**.*

****SAVJET:** neki vole dodati i 2 nasjeckane sardele, drugi dodaju u zapržak i nasjeckane kapre. U umak možete dodati i vrhnja.

RUČAK: pečene patke*, krumpir, salata.

VEČERA: gnijezdo od jabuka (pogledajte 8. II), mlijeko.

PEČENE PATKE*

PRIPREMITE: 2 manje patke, sol, mažuranu, 8 dag masti (može otopljeno salo samih pataka), 3 dag maslaca, goveda juha za polijeavanje.

*Patke očistite, izvadite im utrobu, natarite ih solju i mažuranom. U limu zagrijte mast, i u njem stavite patke da se peku u pećnici otprilike jedan sat na srednje jakoj vatri. U limu neka budu najprije okrenute prsima prema dolje. Zalijevajte juhom ili sokom, a kasnije vlastitim sokom. Nakon pola sata patke možete okrenuti, a kad budu mekane, pojačajte vatru da dobiju hrustavu kožicu. Ispečene patke izvadite, sa soka skinite suvišnu masnoću, dodajte maslac, još juhe i prokuhajte. To poslužite u zdjelici uz narezane patke**.*

****SAVJET:** krumpir možete dodati patkama nakon pola sata pečenja. Kao i svaku drugu perad i patke možete nadjenuti. Lagan i ukusan nadjev, koji neće nametnuti svoj miris posebnom mirisu patke, načinit ćete tako da sirov, oguljeni krumpir naribate, osolite, te pomiješajte s oguljenim i naribanim kiselim jabukama.

RUČAK: podvarak sa suhim mesom*, torta od kestenja (pogledajte 17. IX).

VEČERA: kakao, popečki s pekmezom (pogledajte 17. IV).

PODVARAK SA SUHIM MESOM

PRIPREMITE: 75 dag narezanoga kiselog kupusa, 8 dag suhe slanine, 6 dag luka, 1 dag šećera (po želji), 50 dag krumpira, 75 dag suhog mesa, 1/4 l kiselog vrhnja, sol, papar, malo masti.

*Posebno skuhaite suho meso** pazeći da se ne raskuha. Suhu slaninu narežite na kockice koje otopite s malo masti, dodajte nasjeckani luk i propržite ga. Na to dodajte kupus, osolite, popaprite, pa dodajte malo šećera ako je prekiseo ili malo octa ako nije dovoljno kiselo. Krumpir posebno skuhaite. U vatrostalnu ili zemljanu posudu (đuveč) stavite po dnu malo masti, pa slažite redove kupusa, oguljenog i narezanog krumpira i narezanoga suhog mesa. Na vrhu neka bude kiseli kupus kojeg prelijte kiselim vrhnjem. Pecite u pećnici gotovo cijeli sat.*

****SAVJET:** vodu u kojoj se kuhalo suho meso možete iskoristiti za pripremanje juha, variva ili nekog drugog jela (pogledajte punjeni kelj 20. XI).

RUČAK: pečena svinjetina, restani krumpir, salata od korjenastog povrća**, Micika kocke*.

MICIKA KOCKE*

PRIPREMITE: za 1. sloj: 14 dag maslaca, 14 dag šećera, 1 vanilin-šećer, 14 dag oraha, 7 dag brašna, 4 bjelanjka; za 2. sloj: 14 dag šećera, 4 žumanjka, malo limunova soka, 1 žlicu brašna; za 3. sloj: 7 dag oraha, malo mlijeka, 7 dag maslaca, 7 dag šećera u prahu; samljevenih oraha za posipavanje.

Ovaj izvrsni kolač peče se „u nastavcima“ pa je nedjelja, kad se pripremaju i složenija slana jela, prikladna i za pečenje kocki. Najprije dobro izmiješajte maslac, šećer i vanilin-šećer za prvi sloj, dodajte samljevene orahe, brašno i čvrsti snijeg. Stavite u namazan i posut lim da se svijetlo ispeče. Neka se do kraja ohladi. Onda miješajte žumanjke sa šećerom i limunovim sokom za drugi sloj. U pjenastu smjesu dodajte brašno, premažite preko ispečenoga prvog sloja i opet ispecite. Neka se ohladi. Samljeveni orasi za 3. sloj se pofure kipućim mlijekom i puste da se ohlade. Onda im dodajte maslac i šećer u prahu. Time premažite ohlađeni kolač i pospite orasima.

****SAVJET:** korjenasto povrće (celer, mrkve, peršin, pastinak, crna i bijela repa, cikla i dr.) ne valja zapostaviti ni u jesen ni zimi. Najbolje ih je pripremati sirove, naribane, načinjene s malo ulja i zakiseljene limunom. Miješajte prema ukusu. Ciklu je najbolje pripremati samu jer prevlada sve druge mirise. Po ukusu dodajte još jedan korijen — hren!

RUČAK: punjeni kelj*, pirjana riža, jabuke.
VEČERA: bosanska proja (pogledajte 30. III).

PUNJENI KELJ*

PRIPREMITE: 60 dag kelja (2 manje glavice), sol, 40 dag ostataka pečenja (od nedjelje), 3 dag masti ili ulje, 2 dag luka, zeleni peršin, 1 jaje, papar, 10 dag suhe slanine; za preljev: 4 dag maslaca ili margarina, 3 dag brašna, obarak od suhog mesa.

*Kelj očistite, operite i spustite na nekoliko minuta u kipuću osoljenu vodu. Neka se ocijedi i ohladi. Pripremite nadjev: sameljite meso**, dodajte mu na masti ispržen i nasjeckan luk, nasjeckan peršin, jaje, sol, papar i nasjeckanu suhu slaninu. Ohlađenom kelju razmičite listove i svaki premažite nadjevom. Poslažite listove natrag da glavice dobiju prvobitni oblik i svežite ih bijelim, čistim pamukom, da se ne raspadnu. Stavite u lim i polako zapecite u pećnici zalijevajući obarkom od suhog mesa (to je voda koja vam je ostala kad ste u petak kuhali suho meso). Za preljev zagrijte maslac, na njem zažutite (ne pretamno) brašno, zalijte obarkom da dobijete rijedak umak. Njime prelijte napola isječeni kelj i do kraja ga pecite.*

****SAVJET:** umjesto ostataka pečenja možete uzeti 20 dag svježe svinjetine (vratinu) i 20 dag kuhanog suhog mesa, koje svakako pomiješajte s namočenim i ocijedenim pecivom.

RUČAK: gusta juha od povrća (pogledajte 27. II) s kobasicama, palačinke sa sirom.
VEČERA: zaseka*, kuhano vino.

ZASEKA*

PRIPREMITE: svježu slaninu od 1 svinje, sol.

*Svježoj slanini skinite kožu i narežite je na komade teške po 1 kg. Spustite ih u kipuću vodu i kuhajte 5 min, izvadite i ostavite da se ohlade. Sasvim hladnu slaninu (najbolje drugoga dana) narežite na kriške od 10 cm, poslažite ih u lim, pa pecite 20 minuta u dobro zagrijanoj pećnici. Mast ocijedite, pa slaninu opet ostavite da se hladi do sutradan. Zatim jednu stranu kriške umočite u sol, pa sve grubo sameljite (na stroj stavite uložak s većim rupama). Samljevenu slaninu stavlajte u zemljane posude i dobro je utisnite da nigdje ne ostane zraka. To je odličan namaz za kruh, a može se poslužiti i uz žgance, kuhane mahune i dr., a traje više mjeseci**.*

****SAVJET:** ovaj slovenski specijalitet obično se „obogati“ i kobasicama ili suhim mesom (bez kostiju). Kobasice ili suho meso izvadite iz dima, dobro obrišite suhom krpom. U posudu stavlajte red zaseke, red mesa i tako redom. Na vrhu neka bude zaseka. Držite na hladnom i suhom mjestu.

RUČAK: riječna riba s vinom (pogledajte 12. I), salata.

VEČERA: zapečena kašica od krumpira*, mlijeko.

ZAPEČENA KAŠICA OD KRUMPIRA*

(slika 29)

PRIPREMITE: 1,5 kg krumpira, 8 dag maslaca, 3/8 l mlijeka, 3 dag masti, 2 jaja, 15 dag suhog mesa.

*Krumpir ogulite, narežite na četvero, pa spustite u kipuću osoljenu vodu. Skuhanog ocijedite, protisnite (propasirajte), dodajte maslac, sol i vruće mlijeko. Miješajte da dobijete pire kome dodajte žumanjke, pa skuhanu i sitno nasjeckano suho meso**. Na kraju umiješajte i snijeg od bjelanjaka pa uspite u kalup namazan mašću. Stavite u zagrijanu pećnicu i pecite pola sata da dobije lijepu boju.*

****SAVJET:** ovo jelo možete pripremiti bez soli i suhog mesa pa će biti dobro i bolesniku koji smije jesti malo slanu ili sasvim neslanu hranu.

RUČAK: bubrezi sa senfom (pogledajte 7. VIII), makaroni, salata od kiselog kupusa.

VEČERA: salata s makaronima*, čaj.

SALATA S MAKARONIMA*

(slika 16)

PRIPREMITE: tanjur makarona, 10 dag tvrdog sira, 1 dimljenu kobasicu, 1 veći kiseli krastavac, majoneze, nekoliko listova zelene salate, ocat, ulje, sol.

*Makarone** usitnite, dodajte kockice sira i kobasica, te kiseli krastavac također narezan na kockice. Dobro pomiješajte i začinite majonezom. Kušajte, pa po ukusu još zakiselite. Zelenu salatu također začinite octom i uljem, pa posolite. U posudu stavite zelenu salatu, a gore mješavinu.*

****SAVJET:** makaroni, kao ni druga tjestenina, najčešće nije ukusna kad se podgrijava. Za ručak nemojte svu tjesteninu začiniti, tako da dio koji ostane možete upotrijebiti hladan za miješanu salatu koja je kompletni obrok.

RUČAK: „pokrivena“ riba (pogledajte 15. IV), kuhani kupus**.
VEČERA: pile na lovački način*, pirjana riža, salata.

PILE NA LOVAČKI NAČIN*

PRIPREMITE: 1 pile srednje veličine, 2 dl bijelog vina, malo maslaca ili margarina, ulje, sol, papar, mažuranu, lovor, 25 dag šampinjona, 1 žlicu brašna.

Očistite pile i narežite ga. Pirjajte na mješavini maslaca i ulja. Kad meso dobije boju zlata, dodajte mu vino, sol, papar, mažuranu i lovor, pa dalje sve pirjajte još jedan sat i četvrt. Nakon jednog sata pirjanja posluživanja izvadite piletinu na zagrijani pladanj. U umak dodajte žlicu brašna i komadić maslaca u veličini oraha. Neka kuha još dvije minute. Prelijte umak preko piletine.

****SAVJET:** kad kuhate kupus, nemojte unaprijed soliti vodu. Sol dodajte kad je kupus gotovo kuhan, pa će biti mekši — ako to volite.



Slika 27

Topla pića za hladne dane griju toplinom i oduševljavaju okusom. Lijevo: kuhano bijelo vino (pogledajte 30. XI), u sredini: čokoladni napitak (15. XII) i desno: kava Karolina (25. XI).



Slika 28

Novogodišnji slatkiši obavezan su dio svečanog jelovnika oko kojeg se okupljaju porodi-ce i prijatelji. U sredini: čokoladni slatkiši (pogledajte 29. XII), dolje lijevo: kuglice (30. XII), dolje desno: bijele kuglice (23. XII), a uz to će odlično pristajati i punč od crnog vina (16. XII).

RUČAK: kotleti s povrćem (pogledajte 28. II), kroketi od krum-pira, salata, smrznute jagode** s tučenim slatkim vrhnjem.

VEČERA: sendviči, mramorni kolač (pogledajte 11. II), kava Karolina*.

KAVA KAROLINA*

(slika 27)

PRIPREMITE: 1/2 l skuhane jake kave, 1 čašicu ruma, 1 čašicu proška, malo cimeta.

Kuhanu kavu procijedite (ako nije instant) da ne ostane ništa taloga. Dodajte joj pića i vratite na vatru. Grijte polako i nemojte dopustiti da provrije. Ulijte u zagrijane čaše i u svaku dodajte sasvim malo cimeta.

****SAVJET:** želite li smrznute jagode jesti same, smrznute (ne u kolaču ili voćnoj salati) ostavite ih da se odmrzavaju već posute šećerom i pokrivene tučenim slatkim vrhnjem. Jedite ih dok su još dosta hladne, jer ako se sasvim smlače postat će gnjecaste.

RUČAK: zec u pivu*, pire od krumpira, salata, torta s ukuhanim breskvama (pogledajte 1. XI).

VEČERA: kakao, kolač.

ZEC U PIVU*

(slika 29)

PRIPREMITE: 1 zeca teškog oko 1 kg**, 2 glavice luka, 5 dag senfa, malo maslaca ili margarina i brašna, 1/2 l laganog, svijetlog piva, lovorov list, malo majčine dušice, sol, papar, 2 kriške kruha, 20 dag malih šampinjona.

Očišćenog zeca narežite na komade i ispržite na maslacu da posvuda dobije boju. Popražite brašnom i miješajte drvenom kuhačom. Dodajte nasjeckani luk, sol i papar. Zalijte pivom i dodajte začine. Neka vrije deset minuta. Kruh mora biti tanko narezan; odrežite koricu i premažite ga senfom. Stavite ga u umak i gurnite kuhačom da bude na dnu, ispod mesa. Kuhajte na slabijoj vatri još jedan sat i dulje, tj. dok se sav kruh ne raspadne u umaku. U međuvremenu očišćene gljive popržite na maslacu, pa dodajte zecu deset minuta prije završetka kuhanja. Zečevina mora biti vrlo mekana. Provjerite treba li još soli i papra, pa poslužite vruće.

****SAVJET:** meso divljači ostat će nekoliko dana svježije ako ga zamotate u krpu namočenu u ocat.

RUČAK: juha s bučom*, okruglice s pekmezom.

VEČERA: žganci sa čvarcima, mlijeko.

JUHA S BUČOM*

PRIPREMITE: 30 dag bijelog graha, 70 dag buče (bundeve), glavicu luka, nekoliko klinčića, 1 režanj češnjaka, grančicu ružmarina, listić lovora, zeleni peršin, malo maslaca, 4 žlice vrhnja, sol, papar.

*Grah namočite dan ranije. Operite ga i pristavite u hladnu vodu. Dodajte mu sol, očišćenu glavicu luka koju ste ostavili cijelu i u nju zaboli klinčiće, češnjak, lovor i malo ružmarina. Kad zavrije smanjite vatru. Kada grah bude dopola skuhan, skinite pjenu i dodajte buču — a prije toga je ogulite, prerežite, očistite od koštica i narežite na kockice. Iz omekšanog povrća izvadite lovor, ružmarin i glavicu luka, a ostalo protisnite ili usitnite mikserom. Dodajte maslac i vrhnje**, te nasjeckani zeleni peršin. Provjerite treba li još soli, pa popaprite.*

****SAVJET:** juhe u kojima je vrhnje ili jaja nisu dobre ako se podgrijava ju. Nastojte ih stoga odmah potrošiti. Ako ipak dio ostane, podgrijte ga na pari, a ne izravno na plamenu ili na ploči štednjaka.

RUČAK: ričet sa suhim mesom, kompot.

VEČERA: „sirnica“ od rezanaca*.

„SIRNICA“ OD REZANACA*

PRIPREMITE: 30 dag rezanaca, 30 dag svježeg (mladog) sira, 4 jaja, 10 dag maslaca, 1/2 kg mladoga kajmaka (s dosta mlijeka) ili 1/2 l gustog vrhnja.

*Pristavite vodu, osolite je, pa u njoj skuhaite rezance**. U međuvremenu dobro zgnječite sir, dodajte jaja, rastopljeni maslac, kajmak, ili vrhnje. Vatrostalnu posudu namažite maslacem, u dno stavite ocijedene rezance, pa ih prelijte polovicom pripremljene smjese od sira, jaja i kajmaka. Prorežite nožem jelo na veće kocke i stavite u zagrijanu pećnicu. Pecite na 180° otprilike 30—35 minuta. Pečene rezance prelijte ostatkom smjese i vratite u pećnicu. Neka se zapeku da dobiju lijepu rumenu koru. Prije posluživanja narežite na kocke. Poslužite toplo.*

****SAVJET:** rezanci će ostati lijepi i neće se međusobno lijepiti ako ih pažljivo spuštate u kipuću vodu, da ne budu sljubljeni. Za vrijeme kuhanja ih miješajte. Kad budu gotovi, u kipuću vodu dolijte nekoliko žlica hladne vode, pa tek onda ocijedite.

RUČAK: puran punjen kestenjem (pogledajte 15. X), mlinci, salate, lješnjakova beze-torta*.

VEČERA: torta, kakao.

LJEŠNJAKOVA BEZE-TORTA*

(slika 17)

PRIPREMITE: za tijesto: 7 bjelanjaka**, 20 dag šećera u prahu, 20 dag lješnjaka; maslac i brašno za kalup; za kremu: 20 dag maslaca, 1 žumanjak, 10 dag šećera u prahu, 2 dag kave; za ukras: 3 dl slatkog vrhnja, 3 žlice šećera u prahu, 2 žlice instant-kakaa, 1/2 žlice instant-kave, 5 dag lješnjaka.

Od bjelanjaka istucite vrlo čvrsti snijeg, umiješajte šećer i samljevene lješnjake. Kalup namažite maslacem i pobrašnite. Od dobivenih smjese ispecite 4—5 tankih listova na vrlo umjerenoj vatri. Kako se koji ispeče, odmah ga odlijepite iz kalupa. Za kremu pjenasto izmiješajte maslac i naizmjenično dodavajte žumanjak, šećer, jaku kavu (skuhaite je u malo vode), pa tom kremom premažite sve listove osim najgornjega. Za ukras istucite slatko vrhnje, zašećerite ga. Manji dio odvojite, u veći umiješajte kakao i kavu, pa premažite vortu izvana. Samim vrhnjem načinite ukrase i na to poslažite lješnjake.

****SAVJET:** žumanjak može stajati dan-dva prije upotrebe i neće se posušiti ako ga stavite u zdjelicu ili šalicu, pa prelijete hladnim mlijekom.

RUČAK: sarma, voće.

VEČERA: torta (od prethodnog dana), kuhano bijelo vino*.

KUHANO BIJELO VINO*

(slika 27)

PRIPREMITE: 6 dl bijeloga vina, 15 klinčića, 3—4 žlice limunova soka, 4 odreska limuna za ukras, šećer po ukusu.

*Najprije zagrijte manju količinu vina s klinčićima da oni što bolje puste miris. Onda dodajte preostalo vino, šećer i limunov sok. Slatkoća ovisi o ukusu i o tome koliko je vino samo po sebi kiselo. Zagrijte polako, vino ne smije provreti. Prelijte u vatrostalne čaše** i ukrasite kriškama limuna.*

****SAVJET:** kuhano vino možete iznijeti na stol i u vrču, koji omotajte ubrusom da se vino ne hladi. Za tople napitke postoje posebne čaše s debelim ili dvostrukim donjim dijelom ili pak s dršcima. I obične čaše mogu poslužiti ako im donji dio omotate papirnatim ubrusom. Stavite na stol i posudicu sa šećerom i iscijedeni limunov sok da svatko po ukusu doda još šećera ili zakiseli sokom.

RUČAK: varivo od kisele repe, suho meso.

VEČERA: mirišljivi kolač s jabukama*, čaj.

MIRIŠLJIVI KOLAČ S JABUKAMA*

(slika 24)

PRIPREMITE: 4 jabuke, 1/2 kg brašna, 1 prašak za pecivo, po žličicu svih jakih začina: samljevenih klinčića, samljevenog cimeta, naribanog muškarnog oraščića, džumbira, po žličicu ušćerenih korica od naranče i limuna, 25 dag margarina, sasvim malo soli, 25 dag grožđica; za preljev: 24 dag šećera, narezane ušćerene narančine korice (arancine).

*Jabuke ogulite**, narežite i skuhaite s malo vode da omekšaju. Sameljite mikserom i protisnite (propasirajte) da dobijete oko 1/4 l kašice (pirea). U posudi brašnu dodajte sve začine, pa ga smrvite s omekšanim margarinom. Dodajte šećer i prašak za pecivo i sve ostale sastojke. Dublji lim namažite margarinom, pobrašnite i ulijte tijesto. Stavite u zagrijanu pećnicu i pecite pola sata na 200°, onda smanjite na 160° i pecite još jedan sat. Ugasite pećnicu i ostavite još pola sata da se unutra hladi. Za vrijeme pečenja možete pokriti papirom da se površina ne zagori. Ohlađeni kolač prelijte preljevom koji pripremite ovako: skuhaite šećer s 5 žlica vode da dobijete gustu, glatku tečnost, koja ne smije potamnjeti. Prelijte preko kolača i ukrasite arancinima.*

****SAVJET:** oguljene kore od jabuka nemojte baciti već ih osušite na toplom mjestu, pa skuhaite čaj.

RUČAK: pile u umaku*, rezanci, salata od ribane mrkve, mješani kompot.

VEČERA: nabujak od špinata (pogledajte 22. VII).

PILE U UMAKU*

PRIPREMITE: 1 pile**, sol, papar, krišku kruha, 2 žlice mlijeka, 1 žlicu ulja, 5 dag suhe slanine, 2 dl juhe, žličicu limunova soka, žličicu senfa, zeleni peršin, 3 dag maslaca.

Sameljite pileću jetru (možete kupiti posebno još jetre za obilniji nadjev). Meki dio kruha namočite u mlijeko. U jetru dodajte nasjeckani zeleni peršin, usitnjenu suhu slaninu, maslac i ocijeđeni kruh. Osolite, popaprite i time nadjenite pile. Pecite ga u pećnici na ulju i zalijevajte juhom. Ispečenom piletu izvadite nadjev, meso narežite i poslažite na zagrijani pladanj. Nadjev zgnječite u soku od pečenja, dodajte limunov sok i senf, po potrebi malo mlijeka. Tim umakom prelijte pile i pospite nasjeckanim zelenim peršinom.

****SAVJET:** ako vam smeta miris industrijski uzgojenih pilića, najbolje je da ih pripremite u umaku, jer će dodaci prikriti miris. Naročito je djelotvorna suha slanina, a i curry. Prije pohanja piletinu narežite i neko vrijeme močite u mlijeko. Na ispothane komade nakapajte limunov sok.

RUČAK: svinjetina na pariški način (pogledajte 17. VI), salata, torta od banana*.

VEČERA: pohani kruh, kiseli krastavci, mlijeko.

TORTA OD BANANA*

(slika 17)

PRIPREMITE: za tijesto: 15 dag margarina, 25 dag brašna, 2 žumanjka, 6 dag šećera, 1 žlicu ruma, 2 žlice vrhnja; nadjev: 4 banane, 2 naranče, 3 žlice šećera u prahu, 3 žlice ruma ili konjaka, 1,5 dl slatkog vrhnja; za ukras: 2 dl slatkog vrhnja, žlicu šećera u prahu, 10 dag čokolade za ukras.

*Smrvite margarin s brašnom i dobit ćete pjeskovitu smjesu, dodajte ostale sastojke i zamijesite tijesto. Razvaljajte u tanke listove i ispecite. Neka se hlade. Banane zgnječite i dodajte im sok od obje naranče i naribanu koricu od jedne. Dodajte šećer i rum. Istucite vrhnje pa dodajte u smjesu. Njome premažite listove torte i slijepite je. Istucite** slatko vrhnje za ukras, zašećerite ga i premažite tortu izvana. Otopite čokoladu na pari i od nje napravite šare za ukras torte.*

****SAVJET:** slatko vrhnje ne možete istući u pjenu? Što raditi? Dodajte mu bjelanjak i stavite na deset minuta u hladnjak. Pokušajte ponovo tući!

RUČAK: slovačka juha*, bečki punjeni krumpir (pogledajte 30. X).

VEČERA: uštipci, čaj**.

SLOVAČKA JUHA*

PRIPREMITE: 25 dag kiselog kupusa (narezanog), 4 dag glatkog brašna, 2 dl kiselog vrhnja, 1 dag ulja, 2 dag luka, sol, list lovora, mljevenu crvenu papriku.

Operite kiseli kupus i pristavite kuhati s lovorovim listom. Neka lijepo omekša. U vrhnju razmutite brašno, dodajte kupusu i pustite da opet provrije. Neka malo kuha, onda osolite — provjerite koliko treba. Luk očistite, nasjeckajte i ispržite na ulju. Poprašite mljevenom paprikom, osolite i dodajte u juhu. Odmah poslužite. U juhu se može dodati nasjeckane šunke ili suhoga mesa.

****SAVJET:** čaj će zadržati lijepu boju ako mu, čim zavri, dodate kocku ili žličicu šećera.

RUČAK: zapečeni šaran*, kuhani krumpir, salata.

VEČERA: pržene kobasice, kiseli kupus, puding**.

ZAPEČENI SARAN*

PRIPREMITE: šarana teškog 1 kg, 20 dag gljiva, 1 dl jabukovače, 10 dag račića (može iz konzerve), 2 dl vrhnja, 5 dag maslaca, 1 žumanjak, sol, papar.

Ribu pažljivo očistite, meso odvojite od kostiju i narežite ga. Vatrostalnu posudu namažite maslacem pa u nju poslažite komade ribe. Zalijte ih jabukovačom, osolite, popaprite, pospite komadićima maslaca i pecite u pećnici 15-ak minuta. Posebno ispirajte gljive. Dodajte im račiće. Vrhnje osolite, popaprite i umutite sa žumanjcima. Preko ribe stavite gljive i račiće, prelijte vrhnjem i zapecite u pećnici.

****SAVJET:** iznenadni gosti — vaši ili vaše djece — ne trebaju vas iznenaditi, jer im s pudingom možete pripremiti ukusan slatkiš. Skuhajte jabuke ili drugo voće pa u zdjelu slažite: red voća, red pudinga i red keksa koje ste dobro navlažili mlijekom.

RUČAK: kuhana svinjska glava, umak „poulette“*, riža.

VEČERA: punjena cikla (pogledajte 4. X), hrenovke.

UMAK „POULETTE“*

PRIPREMITE: 4—5 dag maslaca, 1 žlicu brašna, sol, papar, malo muškarnog oraščića, 10 dag luka, 1 limun, 1 dl bijeloga vina.

*Za ovaj umak** najvažnije je da imate kvalitetan maslac koji samo otopite i odmah mu dodajte vrlo sitno nasjeckani luk i brašno. Miješajte na vrlo slaboj vatri da polako počne tamnjeti, ali ne smije dobiti jaku boju. Dodajte sol, papar, oraščić. Nепrekidno miješajući dodavajte sasvim polako, gotovo kap po kap, toplu vodu da dobijete gusti, glatki umak. Prije posluživanja dodajte limunov sok i vino, pa pričekajte da još jednom umak provre i postane lijepo povezan i gladak. Po želji možete u vinu razmutiti žumanjak pa će umak biti ljepše gladak. Poslužite ga uz kuhanu ribu (u tom slučaju zalijevajte vodom u kojoj se riba kuhala), kuhanu ili pečenu ponutricu, a Francuzi (izumitelji ovog i mnogih drugih umaka) posebno ga preporučuju uz kuhane janjeće nožice.*

****SAVJET:** ne brkajte sok od pečenja (koji izteče iz mesa) s umakom koji se priprema s tim sokom, ali i bez njega. Ni sok ni umak nikako ne smiju biti premasni, suvišak masnoće uvijek odlijte prije dovršenja umaka. Pripremanje umaka smatra se velikom umješnošću, a i prilikom da svatko sam kombinirajući smisli nešto svoje, nešto novo.

RUČAK: gušćetina s ričedom (pogledajte 14. IV), kompot.

VEČERA: palačinke s narančama*.

PALAČINKE S NARANČAMA*

(slika 14)

PRIPREMITE: za tijesto: 25 dag brašna, 1 žlicu ulja, 3 jaja, 1/2 l mlijeka, malo soli; za nadjev: staklenku kompota od bresaka, 3 žlice škrobnoga brašna; 3 velike naranče; ulje za prženje.

*Pomiješajte sve sastojke za tijesto i ostavite stajati. U međuvremenu otvorite i pustite breskve da se dobro ocijede. Narežite pažljivo i dobro operite. S jedne naribajte koru i dodajte soku od kompota. S druge dvije oštrice nožem za guljenje krumpira izrežite dugačke, uske rezance, stavite u lončić, pokrijte vodom i pristavite da zakipe. Odmah ih izvadite, isperite hladnom vodom i pustite da se suše. U sok od kompota dodajte škrobno brašno i kuhajte na pari miješajući da se dobro zgusne. Dodajte u to usitnjene breskve i naribanu narančinu koru. U tijesto za palačinke dodajte 1—1,5 dl vode**, pa ispecite palačinke. Napunite ih smjesom od bresaka i poslažite na vatrostanu posudu. Pokrijte aluminijskom folijom i stavite u zagrijanu pećnicu. Neka se dobro zagrije 10—15 minuta na 180°. Narežite oguljene naranče na kolutove, poslažite ih oko palačinki, pospite rezancima od kore i zapecite nepokrivene u pećnici još 5 minuta. Odmah poslužite.*

****SAVJET:** palačinke će biti ukusnije i ljepše će se peći ako u tijesto dodate žlicu-dvije ruma. Rumom razrijedite posljednje porcije kad se tijesto zgusne.

RUČAK: matevž*, pirjani kiseli kupus sa suhom slaninom.
VEČERA: međimurska gibanica (pogledajte 26. X).

MATEVŽ*

PRIPREMITE: 1/2 l graha**, 50 dag krumpira, šaku čvaraka, sol, papar, malo masti.

Dan ranije namočite grah, ocijedite ga, pristavite i skuhajte. Neka se malo ohladi. Krumpir ogulite, narežite i skuhajte u slanoj vodi. Ocijedite ga i pustite da se malo ohladi. Grah protisnite (propasirajte), a krumpir zdrobite, pa jedno s drugim pomiješajte da biste dobili smjesu nalik na žgance. Ulijte vruću mast, dobro pomiješajte, osolite i popaprite. Prelijte zagrijanim čvarcima i odmah poslužite. Uz to se u Sloveniji — to je slovenski specijalitet — obično poslužuje kiseli kupus ili kisela repa.

****SAVJET:** grah, suhi grašak ili leću zaštitit ćete od nametnika ako u platnenu vrećicu, gdje ih držite, dodate suhi feferon.

RUČAK: leća s govedinom (pogledajte 2. II), uštipci od jabuka (pogledajte 29. III).
VEČERA: zečja pašteta*, kuhano vino.

ZEČJA PAŠTETA*

PRIPREMITE: 1 žlicu masti, 75 dag suhe slanine, 1 kg svinjetine, 1 zec, korijen mrkve, korijen peršina, 1/2 korijena celera, 2 lista lovora, desetak zrna papra, malo majorane, vino, mlijeko, žlicu samljevenoga bijelog papra, 10 dag senfa, 10 dag kapri, 1 klinčić, malo samljevenog cimeta, malo muškarnog oraščića, limunove kore, sol; suhu slaninu za oblaganje kalupa.

*U posudi otopite mast i dodajte suhu slaninu narezanu na kockice. Neka porumene. Dodajte očišćenog i narezanog zeca, očišćeno i narezano korijenje, lovor, papar u zrnu i majoranu. Malo propirajte pa dodajte svinjetinu narezanu na kocke. Načinite smjesu od jedne trećine vode, jedne trećine vina i jedne trećine mlijeka, pa time prelijte jelo. Osolite i kuhajte na laganoj vatri da se meso počne raspadati. Očistite zečevinu od kostiju, pa tri puta sameljite meso, slaninu i povrće koje se kuhalo, a i kapre. Tada u paštetu dodajte sve druge navedene začine, kojih mora biti po malo, ali da svi zajedno puste svoj miris. Provjerite treba li soli, jer pašteta mora biti slana. Kalup obložite tankim odrescima slanine, uspite smjesu, odozgo pokrijte također slaninom i kuhajte na pari jedan sat. Poslužite hladno**.*

****SAVJET:** sve paštete valja kuhati u pari da se ne zasuše. Pripazite na razinu vode u posudi u kojoj kuhate, pa dolijte ako treba.

RUČAK: pečena janjetina, pečeni krumpir, salata, osječka fina pita*.

VEČERA: hladna pečenka**, salate.

OSJEČKA FINA PITA*

PRIPREMITE: za tijesto: 19 dag maslaca, 25 dag brašna, 2 žumanjka, sasvim malo soli, žlicu šećera; za nadjev: 18 dag šećera, 4 jaja i 1 bjelanjak, 10 dag čokolade u prahu ili naribane, 15 dag samljevenih badema; šećer u prahu za posipavanje.

Smrvite maslac s brašnom, dodajte ostale sastojke za tijesto i zamijesite ga. Lim namažite maslacem i pospite brašnom. Zapalite pećnicu. Tijesto podijelite u dvije polovice, razvaljajte i jednu polovicu stavite u lim. Neka se peče na polaganoj vatri. U međuvremenu načinite nadjev: istucite žumanjke sa šećerom. U pjenušavu smjesu dodajte čokoladu, bademe i na kraju snijeg od bjelanjaka. Nadjev stavite na napola ispečen donji list pite, pokrijte drugom polovinom tijesta i vratite u pećnicu. Pecite na srednje jakoj vatri. Ohlađeno pospite šećerom i narežite.

****SAVJET:** uz hladnu janjetinu Francuzi poslužuju majonezu zakiseljenu vinskim octom (hladnim!) u kojem su prokuhali nekoliko listića (ili vrećicu) metvice (mente, nane).

RUČAK: moslavačka juha*, pohani mesni doručak**, salata od kiselog kupusa, žganci.

VEČERA: riža sa cvjetačom (pogledajte 24. I).

MOSLAVAČKA JUHA*

PRIPREMITE: 3 glavice luka, 15 dag lijepe suhe slanine, malo dimljene kobasice, 25 dag krumpira, 1 dl vrhnja, zeleni peršin, po ukusu malo octa, sol, malo ulja.

Nasjeckajte luk, slaninu narežite na kockice, pa to propržite na ulju. Zalijte vodom. Ogulite krumpir, narežite ga na kockice i dodajte juhi. Kobasice narežite i također dodajte. Neka kuha dok pripremite ostala jela za ručak. Onda dodajte vrhnje i nasjeckani zeleni peršin. Osolite tek tada, na kraju, i to oprezno jer su i slanina i kobasica slani. Kušajte, pa po ukusu dodajte malo octa.

****SAVJET:** mesni doručak ćete lakše i ljepše izvaditi iz konzerve ako odstranite oba ravna dijela — i dno i poklopac. Tada ćete sadržaj jednostavno izgurati u komadu!

RUČAK: krvavice, žganci, salata od cikle*.

VEČERA: odresci od tunjevine s paprom (pogledajte 11. VI), krumpir, kompot.

SALATA OD CIKLE*

(slika 25)

PRIPREMITE: 6 cikli (oko 1,5 kg), 6—8 dag hrena, sol, 1 dag kima, 1/4 l octa, malo ulja, po ukusu malo šećera.

*Cikle operite**, odrežite im lišće, ali ostavite koji centimetar peteljki. Pristavite u hladnu vodu i kuhajte da omekšaju. Ogulite ih i narežite na što tanje ploške. Stavite ih u staklenku ili porculansku zdjelu, dodajte oguljen i na komade narezan hren, kim, sol, po želji malo šećera, pa zalijte octom. Najbolje je da salata stoji dva do četiri dana, a držat će se i dulje.*

****SAVJET:** ovako ćete provjeriti je li cikla svjež: listovi joj moraju biti svježi, a ako su odstranjeni, onda pritisnite peteljke od lišća — mora se pojaviti kapljica soka tamnocrvene boje.

RUČAK: gulaš s krumpirom, ukiseljene paprike, odjevene kruške*.

VEČERA: hrenovke sa senfom**.

ODJEVENE KRUŠKE*

(slika 24)

PRIPREMITE: za tijesto: 25 dag brašna, sasvim malo soli, 6 dag margarina, 6 dag čiste masti (ili još 8 dag margarina); 4 zrele kruške, 5 dag groždica, 1 žličicu svježe naribane korice od naranča, žlicu-dvije šećera, sasvim malo cimeta, 1 naranču, 1 jaje, šećer u prahu za posipavanje.

U posudu stavite brašno i sol, pa masnoću narezanu na listiće. Trljajte dlanovima tako da dobijete jednolične mrvice, dodajte 3 žlice hladne vode i zamijesite tijesto. Razvaljajte ga. Operite kruške i ogulite ih, ali kad ih čistite nemojte ih rezati, već samo udubite sredinu, a peteljku sačuvajte. Za nadjev pomiješajte groždice sa šećerom i narančinom koricom, pa time ispunite udubinu u kruškama. Razvaljano tijesto narežite, omotajte oko krušaka. U vrh utaknite peteljku, pa od preostalog tijesta načinite listiće za ukras i vodom ih prilijepite na vrh krušaka. Poslažite ih na lim i premažite stučenim jajetom. Stavite u zagrijanu pećnicu i pecite 10 minuta na 220°, zatim smanjite vatru na 160° i pecite još pola sata. Pošećerite, pa poslužite odmah ili rashlađene s narezanom narančom.

****SAVJET:** kad vam se na dnu bočice ili čaše zasuši senf, zalijte s malo vinskog octa, pa će opet postati svjež i upotrebljiv.

RUČAK: goveđa juha, kuhana govedina, umak od kapri (pogledajte 12. X), restani krumpir.

VEČERA: kocke od naranača*, mlijeko.

KOCKE OD NARANAČA*

PRIPREMITE: 2 lijepe naranče, 7 jaja, 28 dag šećera, 4 rebra čokolade, 3 žlice mrvica; pekmez od kajsija (marelica); za ocaklinu (glazuru): 2,5 žlice šećera, 2,5 žlice mlijeka, 7 dag čokolade za kuhanje, 5 dag maslaca.

*Naranče dobro operite, pa sameljite na stroj za mljevenje mesa. Žumanjke tucite sa šećerom da biste dobili pjenastu smjesu u koju dodajte naranče. Čokoladu razmekšajte na pari, također dodajte smjesi kad i mrvice (prosijane!), a na kraju i tvrdi snijeg. Lim namažite maslacem i pospite brašnom, uspite tijesto i dugo pecite na slaboj vatri. Pustite da se ohladi, pa premažite pekmezom. Za ocaklinu** otopite na slaboj vatri čokoladu i šećer u mlijeku. U sasvim glatku smjesu dodajte maslac, dobro pomiješajte i prelijte preko kolača. Narežite na kocke.*

****SAVJET:** želite li lijepo ocakljeni kolač, najprije ga ostavite da se dobro ohladi. Onda s površine odstranite mrvice i pokrijte ga sasvim tankim slojem neke fine marmelade tako da dobijete glatku površinu. Pripremljenu glazuru ili prelijte samo po površini ili (ako je posrijedi torta) najprije omažite stranice odozdo prema gore. Ocaklina mora biti gusta, ne smije teći s kolača. Ako je potrebno, površinu izravnavajte metalnom lopaticom umočenom u toplu vodu.

RUČAK: fileki (pogledajte 7. IV).

VEČERA: čokoladni napitak*, keksi.

ČOKOLADNI NAPITAK*

(slika 27)

PRIPREMITE: 1/2 l mlijeka, 3 žlice kakaa, 6 žlica šećera, 1/2 dl konjaka, tučeno slatko vrhnje, instant-kakao za ukraš, komadić cimeta.

*Skuhajte kakao: pristavite mlijeko, a u zdjelici pomiješajte šećer s kakaom i pomalo dolijevajte mlijeko po pola žličice. Stalno miješajte dok ne dobijete glatku smjesu koju još malo razrijedite, pa ulijte u mlijeko. Miješajte dok kipi da se dobro skuha**. Razlijte u dobro zagrijane šalice, dodajte konjak, na vrh stavite tučeno slatko vrhnje koje ukasite instant-kakaom i cimetom. Odmah poslužite.*

****SAVJET:** kakao će biti bolji ako dio mlijeka zamijenite slatkim vrhnjem. Naprotiv, umjesto na mlijeko kakao možete skuhati na vodi pa ćete dobiti laganije piće.

RUČAK: vojvođanski sekeli-gulaš (pogledajte 23. III), žganci.

VEČERA: sendviči, keksi, punč od crnog vina*.

PUNČ OD CRNOG VINA*

(slika 28)

PRIPREMITE: 1 butelju crnoga vina (burgundca), 3 šalice skuhanog čaja, 6 žlica šećera, 1 limun, 1/2 naranče, komadić cimeta.

*Skuhajte čaj sa cimetom, zašećerite ga i kad provrije, ulijte vino. Zagrijte ga na slaboj vatri, ali ne smije provreti, sa dobro opranom narančom kojoj ste u piće istisnuli sok. Dodajte još i limunov sok, pa provjerite treba li još šećera. Dobro je ako imate malo kuhalo za stol koje će održavati toplinu punča, ali piće možete posluživati i već rastočeno u čaše**.*

****SAVJET:** ni punč ni bilo koje drugo piće nikada nemojte točiti da dođe do samog ruba čaše. Uvijek mora ostati dovoljno prostora da se ne prolije ni kapljica ako nekome zadršće ruka.

RUČAK: piletina s bademima (pogledajte 26. III), pire od krumpira, salata, torta s prženim bademima*.

VEČERA: kakao, torta.

TORTA S PRŽENIM BADEMIMA*

(slika 17)

PRIPREMITE: tijesto: 6 dag maslaca, 6 dag šećera, 6 jaja, 5 dag brašna, 8 dag šećera i 8 dag badema za grilaž; maslac i brašno za kalup; 1/2 l slatkog vrhnja, 4 dag šećera u prahu za ukras, te još za grilaž 5 dag badema i 5 dag šećera.

*Najprije načinite grilaž za tijesto: ogulite i sameljite bademe. Šećer na slaboj vatri otopite i žuto ispržite stalno miješajući, dodajte bademe i pomiješajte, zatim istresite na maslacem namazanu dasku ili glatku, čistu površinu. Ohlađene stucajte. Za tijesto miješajte maslac sa šećerom. U pjenastu smjesu pomalo umiješajte žumanjke, pa stucane bademe (grilaž), brašno i čvrsti snijeg od bjelanjaka. Kalup namastite i pobrašnite, uspite smjesu i pecite na srednjoj vatri jedan sat**. Ohlađenu tortu prerežite vodoravno, napunite stučenim i zašećeranim slatkim vrhnjem. Njime namažite tortu i izvana, pa pospite grilažom.*

****SAVJET:** tijesto za tortu i kolači ljepše će se ispeći ako u pećnicu ispod lima ili kalupa stavite lončić s vodom da se isparava.

RUČAK: juha od rajčice s rižom**, musaka od krumpira, jabuke.

VEČERA: špageti, milanski umak od oraha*.

MILANSKI UMAK OD ORAHA*

(slika 18)

PRIPREMITE: 1 odrezak bijeloga kruha, 1 dl mlijeka, 1 žličicu mažurane, sol, papar 10 dag oraha, 1 dl slatkog vrhnja, nekoliko polovica oraha za ukras.

Kruhu odstranite koricu i namočite ga u mlijeko. Orahe sasvim sitno sameljite. Iscijedite kruh i protisnite (propasirajte), pa stavite u mužar ili mikser. Dodajte još mažuranu, sol, papar i orahe pa dobro miješajte dok ne dobijete nešto nalik kremi. Na kraju umiješajte istučeno (ali nezašećereno!) slatko vrhnje. Provjerite treba li još soli ili papra, pa ukasite polovicama oraha.

****SAVJET:** ako kuhate rižu kao dodatak juhi, računajte po osobi tri dekagrama, a ako je to prilog uz glavno jelo, onda oko šest dekagrama po osobi.

RUČAK: pogača od tunjevine i krumpira*, salata od kiselog kupusa.

VEČERA: krpice sa šunkom, kiseli krastavci.

POGAČA OD TUNJEVINE I KRUMPIRA*

PRIPREMITE: 1 veću ili dvije manje konzerve tunjevine**, 50 dag krumpira, 2 glavice luka, 1 režanj češnjaka, malo mlijeka, sol, papar, ulje, majčinu dušicu, ribani sir.

Skuhajte krumpir i pripremite pire s mlijekom, a umjesto maslaca zamastite ga uljem što ste ga ocijedili iz konzerve. Na ulju ispržite nasjeckani luk, dodajte usitnjeni češnjak i vilicom zgnječenu tunjevinu. Osolite, popaprite, dodajte majčinu dušicu. Malo propirajte i umiješajte u pire. Nauljite lim uspite mješavinu, poskropite je odozgo uljem, pospite ribanim sirom i zapecite u pećnici. Prije posluživanja pospite nasjeckanim zelenim peršinom.

****SAVJET:** ako je moguće, koristite svježiju tunjevinu koju skuhaite pret hodno u vodi sa začinima. Konzervu tunjevine najprije otvorite na dva mjesta, okrenite je i stavite u duboki tanjur da ulje isteče, inače će jelo biti premasno.

RUČAK: varivo od graha s kobasicama, sladoled.

VEČERA: pecivo sa sirom*, čaj.

PECIVO SA SIROM*

PRIPREMITE: 4 stara peciva, 3 žlice mlijeka, 2,5 dag maslaca, 2 dag brašna, 1/4 mlijeka, sol, papar, 2 jaja, 5 dag naribanog sira.

*Pecivima odrežite vrh, izdubite im sredinu, pa je namočite u 3 žlice mlijeka. Na maslacu propržite brašno, zalijte mlijekom (onih 1/4 litre) i skuhaite umak. Maknite ga s vatre. Namočenu sredinu peciva zgnječite vilicom u glatku smjesu, dodajte joj žumanjke i sir, pa pomiješajte s umakom. Zapalite pećnicu. U smjesu dodajte snijeg od bjelanjaka i time napunite pecivo. Pecite ga u pećnici 20 minuta i odmah poslužite da se nadjev ne slegne**.*

****SAVJET:** ta ukusna večera načinjena je zapravo od samih ostataka — od starog peciva koje ukućani više neće jesti i posušenog ementalera ili nekog drugoga tvrdog sira koji kad dulje stoji više nije dobar, a ovom jelu nariban daje poseban okus.

RUČAK: dvobojni složenac*, kiseli krastavci.

VEČERA: plućica na kiselo (pogledajte 16. XI).

DVOBOJNI SLOŽENAC*

PRIPREMITE: 30 dag špageta ili užih rezanaca, 50 dag špinata, 40 dag ovčjeg (ili masnog kravljeg) sira, 10 dag kajmaka, 3 jaja, 1 dl ulja, sol.

*Tjesteninu skuhaite u osoljenoj vodi, pa je ocijedite. U međuvremenu operite špinat, odstranite mu peteljke i nasjeckajte ga. Malo ga propirajte na ulju i ostavite da se ohladi. Pomiješajte sir, kajmak, žumanjke i špinat. Ukoliko je smjesa pregusta možete dodati malo mlijeka. Od bjelanjaka istucite čvrsti snijeg i umiješajte u smjesu. Vatrostalnu posudu namažite uljem, pa slažite red malo zauljene tjestenine i red špinata. Na vrhu neka bude tijesto. Poprskajte uljem. Stavite u zagrijanu pećnicu i pecite 25—30 minuta na 180°. Odmah poslužite**.*

****SAVJET:** špinata ima kasno u zimu i već od ranoga proljeća, pa ga pripremajte na raznolike načine. Od sasvim mladih, nježnih listića izvrsna je salata, a od ostatka variva načinite zelene palačinke: ohlađeno varivo dodajte u malo gušće, slanije tijesto za palačinke. Nasjeckani, skuhani špinat možete pomiješati s ostatkom pirea od krumpira, dodajte jaja i pecite popečke.

RUČAK: kokošja juha*, pirjani kiseli kupus sa suhom slaninom, okruglice**.

VEČERA: meso iz juhe, umak s jabukom (pogledajte kod „Švedski hladni kotleti“ 4. VIII), čaj.

KOKOŠJA JUHA*

(slika 26)

PRIPREMITE: 1 kokoš, 4 dag korijena peršina, 8 dag mrkve, 3 dag korijena celera, sol, žličicu ukuhane rajčice, tijesto za ukuhanje.

Za juhu je dobra stara kokoš koju očistite, pa pristavite u hladnu vodu s očišćenim korjenastim povrćem. Osolite i kuhajte 2 sata. Procijedite je i pustite da se malo razbistri. Ako nije dovoljno bistra vratite je na vatru i dodajte bjelanjak. Tucite šibom za snijeg dok ne zakipi, pa opet procijedite. Zakuhajte rezancima, vratite mrkvu narezanu na ploškice.

****SAVJET:** okruglice kuhajte polako u širokoj posudi jer se inače raspadnu. Najprije skuhaite jednu okruglicu za probu. Voda u kojoj se okruglice kuhaju može se upotrijebiti za nalijevanje gustih juha i variva.

RUČAK: govedina u crnom vinu (pogledajte 8. X), rezanci, salata**.

VEČERA: suhe šljive u vinu (pogledajte 5. IV), bijele kuglice*.

BIJELE KUGLICE*

(slika 28)

PRIPREMITE: 15 dag suhih smokava, 2 naranče, šalicu kokosova brašna, žlicu-dvije ruma, šećera po ukusu.

Sameljite suhe smokve, dodajte kokosovo brašno (dio ostavite za ukras), sok od naranča i šećer. Suhe smokve mogu biti sočnije ili sasvim suhe, pa ovisno o tome stavite manje ili više narančina soka. Morate dobiti gustu smjesu od koje oblikujete kuglice i uvaljajte ih u kokos. Slažite na poslužavnik da se dobro osuše prije no što ih poslužite. Mogu stajati više dana.

****SAVJET:** prejaki vinski ocat razblažite svježim vinom.

RUČAK: punjena guska*, pire od krumpira, torta Ljubica (pogledajte 11. XI).

VEČERA: torta, kuhano vino**.

PUNJENA GUSKA*

PRIPREMITE: mladu gusku tešku 4 kg, 50 dag mljevene teletine, suhu slaninu, 1 čašicu konjaka, 2 veća korijena celera, 20 kiselih jabuka, 1 limun, 3 jaja, 1/2 l mlijeka, 2 dl vrhnja, juhu za zalijevanje, 5 dag suhoga kruha (bez korice), brašno, maslac, sol, papar.

Celer ogulite, narežite na četvrtine, natrljajte limunovim sokom i kuhajte u slanoj vodi oko 40 min, pa od njega načinite pire. U međuvremenu 14 jabuka izdubite, ogulite i ispecite na slaboj vatri u pećnici (dodavajte malo vode da ne zagore). Posebno zagrijte 10 dag maslaca, dodajte 8 dag brašna i zalijte s mlijekom. Skuhajte, neprekidno miješajući, bešamel-umak. Osolite ga, popaprite i kuhajte dalje na slaboj vatri još 20 min. Onda ga procijedite, dodajte celer i time napunite jabuke. Posebno namočite kruh u mlijeko, pa ga ocijedite. Preostale jabuke naribajte i ispirajte na maslacu. Dodajte im brašno, jaja, sol i papar, te nasjeckanu suhu slaninu i mljeveno meso. Time napunite gusku i pecite je na 180° oko dva sata. U međuvremenu zalijevajte juhom. Dvadeset minuta prije svršetka pečenja poslažite oko guske da se zagrije. u sok od pečenja dodajte konjak i vrhnje, pa prelijte preko pečenke.

****SAVJET:** u otvorenoj boci ostalo je vina koje nitko ne namjerava popiti? Ulijte ga u kalupice (posudicu) za pravljenje leda i kockice spremite — dodat ćete ih u jela uz koja dolazi vino!

RUČAK: juha, poriluk sa suhom slaninom*, kompot.

VEČERA: kocke od kestinja (pogledajte 5. XI), kakao sa tučenim slatkim vrhnjem.

PORILUK SA SUHOM SLANINOM*

PRIPREMITE: 50 dag poriluka, 40 dag suhe slanine, 60 dag krumpira, sol, papar, ulje, zeleni peršin.

*Očistite poriluk i narežite ga na komade dugačke 3—4 cm. Krumpir ogulite i narežite na veće kockice. Skuhajte zajedno u malo osoljenoj vodi**. Na ulju ispržite slaninu narezanu na kockice pa pomiješajte sa skuhanim i pažljivo ocijeđenim povrćem. Prije posluživanja pospite nasjeckanim zelenim peršinom.*

****SAVJET:** ako vam smeta prejak miris poriluka, možete ga ublažiti tako da u vodu u kojoj se kuha stavite dva listića lovora ili metvice.

RUČAK: pohani fileki, salata od krumpira**, kruške u vinu*.

VEČERA: orehnjača, bijela kava.

KRUŠKE U VINU*

PRIPREMITE: 12 krušaka srednje veličine, 13 dag šećera, 2 dl crnog vina, malo cimeta.

Načinite sirup od šećera s 1 dl vode. Kruške ogulite, narežite i spustite u sirup. Kuhajte 20 minuta (može i kraće ako su mekše). Onda dodajte vino i cimet pa kuhajte još 10 do 15 minuta. Možete poslužiti toplo ili rashlađeno.

****SAVJET:** krumpir začinite dok je još topao, pa će salata biti vrlo dobra. No vrući krumpir upija mnogo ulja pa bi salata bila premasna. Zato ga najprije prelijte s malo juhe a tek onda dodajte ulje i ocat.

RUČAK: makaroni, umak od sardina*, salata od kupusa.

VEČERA: kranjske kobasice sa senfom.

UMAK OD SARDINA*

PRIPREMITE: konzervu sardina, 1,5 dag kapara, ulje, 2 žlice ukuhane rajčice, 2 režnja češnjaka, 2 žlice brašna, zeleni peršin.

*Luk nasjeckajte, ispržite na ulju i pospite brašnom. Miješajte. Kad malo potamni, zalijte ukuhanom rajčicom (ako je potrebno malo je razvodnite), umiješajte usitnjene sardine, kapare i češnjak. Prokuhajte i dodajte nasjeckani zeleni peršin**.*

****SAVJET:** po istom receptu možete načiniti i svijetli umak od sardina tako da ne dodate ukuhane rajčice niti češnjak, već zalijete juhom i dodate naribane limunove korice.

RUČAK: juha od suhoga graška, kelj sa začinima*, pire od krum-pira.

VEČERA: žganci s kiselim mlijekom.

KELJ SA ZAČINIMA*

PRIPREMITE: 1 kg kelja, 25 dag suhe slanine, 10 dag masti, sol, papar, muškatni oraščić, 4 režnja češnjaka, vlasac, zeleni peršin, malo brašna.

*Očistite kelj i spustite ga u kipuću osoljenu vodu. Dok se kuha na-režite slaninu na kockice i otopite ih na masti. Dodajte brašno i češnjak, pa načinite svijetli, vrlo rijetki zapržak. Zalijte vodom u kojoj se kuhao kelj i tako ćete dobiti umak. Dodajte mu sve ostale začine. Umakom prelijte skuhani kelj**.*

****SAVJET:** ovako pripravljen kelj možda će jesti i oni ukućani koji inače ne vole to zdravo povrće.

RUČAK: gulaš, žličnjaci, ukiseljene paprike**.

VEČERA: omlet sa sirom, čaj, čokoladni slatkiši*.

ČOKOLADNI SLATKIŠI*

(slika 28)

PRIPREMITE: 20 dag čokolade za kuhanje, 10 dag maslaca, 2 žličice instant-kave, 2 jaja, grožđice, malo ruma.

Grožđice operite i namočite u rum. Na pari zagrijte čokoladu, ka-vu u prahu i maslac da se otope. Posebno istucite jaja, dodajte pa tucite na pari da se zgusne. U papirnate košarice stavite po jednu grožđicu, pa prelijte glatkom, gustom smjesom. Kad se ohladi, stavite u hladnjak da se slatkiši dobro stvrdnu.

****SAVJET:** ocat preostao od ukiseljenog povrća nemojte baciti, već ga upotrijebite da biste začinili salatu ili neko jelo koje valja zakiseliti.

RUČAK: „pašta-fazol“ (pogledajte 13. II), kompot.
VEČERA: sendviči, čaj, kuglice*.

KUGLICE*

(slika 28)

PRIPREMITE: 13 dag čokolade, 13 dag badema, 1 žlicu šećera, kakao.

*To je tipični francuski slatkiš („Truffles au chocolat“) za koji postoji mnogo recepata. Svima je zajedničko da je izrada jednostavna a rezultat vrlo dobar. Morate se samo točno držati uputa. Dobro obrišite bademe (nemojte ih oguliti), pa ih malo propržite. Sameljite dva puta da dobijete prah. Čokoladu sameljite, pomiješajte sa šećerom i badenom. U posudicu stavite 2 žlice vode i čim provrije uspite mješavinu, pa miješajući kuhajte da dobijete glatku, ali gustu mješavinu, koja ne smije biti tekuća**. Žličicom grabite grudice koje uvaljajte u kakao da bi dobili okrugli oblik.*

****SAVJET:** pažljivo odmjerite vodu i nipošto nemojte poslije dodavati jer bi se u tom slučaju čokolada rastopila. Takve kuglice su ujedno i efektan dar za Novu godinu — svaku kuglicu metnite u papirnate košarice pa poslažite u kutiju.



Slika 29

Sezona lova izaziva na iskušavanje sve novih načina kako da pripremite divljač. Probajte i ovaj recept — zec u pivu (pogledajte 26. XI) uz koji će prijati zapečena kašica od krumpira (22. XI).

RUČAK: punjeni kelj (pogledajte 20. XI), kompot.

VEČERA: gurmanska sarma*, pečeni odojak, razni sitni kolači.

GURMANSKA SARMA*

PRIPREMITE: srednje veliku glavicu kiselog kupusa, 1/2 kg tele-tine, 25 dag suhe šunke ili plečke, 25 dag hladnog pečenja (puretine ili drugog), 5 dag dobro osušene suhe slanine, sol, papar, zeleni peršin i malo zelenog celera, 1 jaje, 1/2 šalice sirove riže, malo maslinovog ulja, 50 dag dimljenih svinjskih kobasica, 1 sirovu svinjsku nožicu, 1/2 svinjskog uha, 2—3 sušena svinjska rebra, kože (sirove) od svinjetine, 1 glavicu luka.

*Glavica mora biti vrlo zbijena, a listovi tanki. Odvojite ih, zatim po želji operite (ako su prekiseli). Plosnato im odrežite izbočenu žilu, a premalene nasjeckajte. Nasjeckajte sitno suhu slaninu, otopite je na ulju, dodajte samljeveno sirovo meso i malo propržite. Maknite s vatre, dodajte samljeveno pečeno i suho meso, zatim rižu, nasjeckani zeleni peršin i celer, jaje, sol i papar (po želji i malo crvene paprike!). Pažljivo solite, jer je suho meso slano! Pustite nadjev da se sasvim ohladi, jer ćete lakše oblikovati sarme. Dno posude** premažite maslinovim uljem, pa stavite narezani kupus. Stavljajte oblikovane sarme u redove, a između stavite narezane kobasice, raspolovljenu nožicu, uho, kože, suha rebarca, isprženi nasjeckani luk i tako do vrha. Pokrijte listovima kiselog kupusa, zalijte vodom i kuhajte pet sati.*

****SAVJET:** po tradiciji se sarma pripremala u zemljanoj posudi vrlo debelih stijenki koje ne dopuštaju da toplina dolazi naglo i neravnomjerno. Odaberite lonac debelih stijenki!

Bademi, mandule
Batič, tučak
Bjelanjak, balance

Centimetar, santimetar
Cikla, cvekla
Cjedilo, cediljka, đevdir
Crvena paprika, aleva paprika
Cvijetača, karfiol

Češnjak, bijeli luk

Datulja, urma
Dizano tijesto, germtajg

Fileki, tripe, tripice, škembe,
škembići

Gljive, pečurke
Grah, pasulj, fažol
Grožđice, rozine, suho grožđe, cvebe

Hladetina, sulc, piktija, aspik
Hljeb, vekna
Hrenovke, krenviršle
Hrustavo, reš

Jastučići, tašci, taškrli
Jetra, crna džigerica
Juha, supa, čorba

Kajsija, marelica
Kalup, modl, modla
Kava, kafa
Klinčić, klinčac, karanfilić
Komad, parče
Kopar, mirođija
Korabica, keleraba
Kost, koska
Košarica, korpica
Krpice, flekrli, flekice
Kruh, hleb
Krumpir, krompir
Krupica, griz

Kuhati, kuvati, bariti
Kuhača, varjača
Kupus, zelje
Kvasac, pjenica, germa

Leća, sočivo
Lim, pleh, tepsija
Limon, citriona
Luk, crni luk, kapula

Lješnjak, lešnik

Mahune, boranija
Majoneza, majonez
Maslac, buter, putar
Mesar, kasapin
Metvica, menta, nana
Mrkva, šargarepa
Mrvice, brezli, prezle

Nabosti, našpikati
Nabujak, koh
Nadžev, fila, fil
Naranča, pomorandža

Odrezak, šniel, šniela
Ocat, sirće, kvasina
Oguliti, obijeliti, oljuštiti
Okruglice, knedli, knedle
Oštro brašno, grifig brašno

Papar, biber
Patka, plovka
Pećnica, ror, rerna
Perad, živad, živina
Pirjati, dinstati, pirjaniti, temfati
Ploške, šnite
Plućica i srce, pajšl
Pokladnice, krapfni, krofne
Poljupci, pusrli, puslice
Popariti, blanširati
Poriluk, praziluk
Posuda, šerpa, sud, rajndlika
Povrće, zelen

Pržiti, frigati
Protisnuti, propasirati
Prutići, štanglice
Puran, čuran
Purica, čurka

Rajčica, paradajz, pomidor
Rasol, marinada, bajc, paje
Restati, restovati
Rezanci, nudli
Režanj (češnjaka), češanj, čeno
Ribež, trenica
Riža, pirinač
Rolada, rolat, svitak
Roščići, kiflići

Saće, buhtli, buhtle, napuhnjača
Samljati, faširati, kosati
Skuhati u vodi, obariti
Slanina, špek

Šalica, šoljica
Šećer u prahu, štaubcuker
Šparga, šparoga, špargla
Špinat, spanac

Tavica, tiganj, šerpenja
Tlačenica, presvuršt, švargla
Tučeno slatko vrhnje, šlagobrst, šlag

Ubrus, servijeta, salvet
Ujušak, ajngemahtes, ajmokac
Ulje, zejtin
Umak, sos, salsa, šalša, umokac
Uštipci, fritule

Valjak, nudlvalker, oklagija
Valjušci, šufnudli, njoki
Vanilija, vanila
Varenac, puding
Varivo, cušpajz
Vilica, viljuška
Vlasac, šnitlauh, šnitling
Vodoravno, horizontalno

Vrećica, kesica
Vrijeti, kipjeti, ključati
Vrhnje, pavlaka, mileram

Zapržak, zaprška, ajnbren, zafrig
Zdjela, činija
Zelen za juhu, grincajg

Žemlja, žemička
Želudac (peradi), bubac
Žganci, pura, palenta, kačamak
Žlica, kašika
Žličnjaci, nokrli, noklice, nokle
Žumanjak, žutanjak, žumance

A

Andaluška tortilja, 28. VIII

B

Bijela torta, 31. III
Bijele kuglice, 23. XII
Bijelo pile, 9. IV
Biftek na žaru, 19. VIII
Bečki punjeni krumpir, 30. X
Bola od bresaka, 15. VIII
Bola s krastavcima, 16. VI
Bosanska proja, 30. III
Bosanski lonac, 19. X
Bubrezi sa senfom, 7. VIII
Bugarska musaka od tikvica, 23. VI

C

Crni kolač, 25. X
Crveno pile, 9. VIII

Č

Češki grašak, 31. VII
Češki uštipci, 23. I
Čokoladna krema, 19. III
Čokoladni napitak, 15. XII
Čokoladni slatkiši, 29. XII
Čupava pita s nektarinama, 29. VIII

D

Dalmatinski umak, 29. VI
Danska srca, 30. V
Dimljena riba u limunu i ulju, 4. IX
Divlja patka na lovački način, 18. II
Doboš torta, 24. III
Dvobojni složenac, 21. XII

Đ

Đul-pita, 10. V
Đurđevački „temfani“ grah, 11. IV
Đuveč od somovine, 27. VI

E

Ekspresni voćni kolač, 7. IX
Engleska pita s rajčicama, 14. IX
Engleska pita za piknik, 23. VII

F

Fazani s vrhnjem, 4. XI
Fileki, 7. IV
Fileki s povrćem, 12. IX
Finkadella, 15. III
Finski kolačići, 31. I
„Flan“ s jabukama, 6. XI
Francuska pašteta od patke, 30. IV
Frape od malina, 20. VII
Frape s jagodama, 7. VI

G

Gibanica od bundeva, 5. X
Gnijezdo od jabuka, 8. II
Gnijezdo od kiselog kupusa, 15. XI
Govedina na francuski način, 18. III
Govedina s curryjem, 3. XI
Govedina u crnom vinu, 8. X
Govedina u hladetini, 8. IX
Goveđi jezik s maslinama, 10. X
Grašak sa šunkom, 18. V
Grčki mljeveni odresci, 5. I
Grgeč na balatonski način, 9. XI
Grog s narančama, 25. III
Gurmanska sarma, 31. XII
Gusarska tunjevina, 27. VII
Guska na podvarku, 12. III
Gusta juha od leće, 6. I
Gusta juha od povrća, 27. II
Guščetina s ričetom, 14. IV

H

Hobotnica na saur, 29. V
Hranjiva salata od matovilca, 7. XI
Hrvatski složenac, 20. X

I

Istarska maneštra, 5. IX

J

Jagode Romanoff, 2. VI
Janjeća plečka na roštilju, 6. VIII
Janjeći kotleti na roštilju, 25. VI

Jastučići s mesom, 25. II

Juha od boba, 15. IX
Juha od bubrega, 16. III
Juha od cvjetače, 4. I
Juha od mahuna, 15. V
Juha od koprive, 11. V
Juha od mozga, 26. IV
Juha od rajčica s dagnjama, 6. IV
Juha od rotkvica, 26. VII
Juha od srnetine, 27. X
Juha od zimskog povrća, 22. III
Juha s bučom, 27. XI

K

Karipske palačinke, 28. X
Kava Karolina, 25. XI
Kelerabe punjene špinatom, 3. VI
Kelj sa začинима, 28. XII
Kiselo-slatki umak, 19. IX
Kocke Đurđa, 31. X
Kocke od kestenja, 5. XI
Kocke od naranča, 14. XII
Kocke Vlasta, 30. IX
Kokot u vinu, 22. I
Kokošja juha, 22. XII
Kolač od suhih šljiva, 24. II
Kolač od trešanja i žemlji, 26. V
Kolač s bademima, 5. III
Kolač s džemom, 7. II
Kolač s kajsijama Stanka, 30. VI
Kolač s kompotom, 4. VI
Kolač s ogrozdim, 19. VII
Kolač s rešetkom, 3. III
Kolači s pekmezom, 20. IV
Kolačići s bademima, 1. IV
Kolednik, 8. I
Košarice s ribama, 13. I
Košarice s ribizima, 11. VII
Kotleti s povrćem, 28. II
Krema Nada, 28. IV
Krema od kave, 22. IV
Krema od šumskih jagoda, 4. VII
Krem-juha s hrenovkama, 24. VIII
Krem-juha s lukom, 10. IV

Krumpir sa sirom, 20. II

Krumpir salata sa vlascom, 1. VI
Krupica sa voćem, 11. IX
Kruške punjene sirom, 22. IX
Kruške s kremom, 16. II
Kruške u vinu, 26. XII
Kuglice, 30. XII
Kuhana cikla, 21. IX
Kuhano bijelo vino, 30. XI
Kuhano crno vino, 1. I
Kup s borovnicama, 25. VII
Kup s malinama, 14. VII

L

Lagana torta, 17. III
Lakirana šunka i punjene jabuke, 1. X
Leća s govedinom, 2. II
Ledena čokolada, 22. VIII
Ledena kava, 12. VIII
Ledena limunada, 3. VIII
Ledeni čaj, 2. IX
Lonac od teletine s povrćem, 12. VII
Lonac s graškom, 12. VII
Lovački kruh, 4. VI
Lubin u umaku od vina, 21. III

Lj

Lješnjakova beze-torta, 29. XI

M

Mađarsko pile, 24. IX
Mahune s češnjakom, 6. VII
Makedonska pogača, 23. II
Makedonski čevap, 5. VII
Makedonsko janjeće pečenje, 1. V
Marinirana štika, 21. VII
Marinirani patlidani, 18. IX
Matevž, 8. XII
Medaljoni s jajima, 24. V
Međimurska gibanica, 26. X
Međimurska tenka zlevanka, 14. XI
Micika kocke, 19. XI
Milanski umak od oraha, 18. XII
Miješana salata sa crvenim kupusom, 18. I

Miješani ražnjići, 30. VII
 Miješani ražnjići s piletinom, 18. VI
 Mini-pizze, 27. I
 Minjoni s malinama, 16. VII
 Mirišljivi kolač s jabukama, 1. XII
 Mljeveni odresci, 3. II
 Mljeveni odresci s rajčicama, 8. VI
 Mljeveni odresci s vlascom, 6. V
 Moslovačka juha, 11. XII
 Mozak sa špinatom, 19. V
 Mramorni kolač, 11. II
 Mrkvica s jajima, 24. V
 Murterski zelenjak, 23. X
 Musaka od kiselog kupusa, 4. III
 Musaka od prepelica, 21. X

N

Nabujak od mozga, 16. X
 Nabujak od rezanaca, 24. IV
 Nabujak od sardina, 13. XI
 Nabujak od starog kruha, 28. IX
 Nabujak od špinata, 22. VII
 Nabujak s kukuruzom, 25. VIII
 Nadjevni limuni, 14. I
 Namazi od sira, 23. V
 Napitak od jagoda, 21. VI

O

Odjevene kruške, 13. XII
 Odresci od jetre u papru, 25. IV
 Odresci od tunjevine s paprom, 11. VI
 Okruglice sa šunkom, 14. II
 Omlet sa gljivama, 1. IX
 Omlet sa suhom slaninom, 18. X
 Orijentalna piletina na roštilju, 16. IX
 Osinja gnijezda, 19. I
 Osječka fina pita, 10. XII

P

Palačinke s narančama, 7. XII
 Palačinke za izlet, 9. VII
 Paprike s jajima, 20. VI
 Pastrve s bademima, 26. I
 Pastrve sa šunkom, 18. VIII

Paški crni rižot od lignji, 24. VI
 „Pašta-fazol“, 13. II
 Pašteta od mesa, 3. V
 Patka na rumunjski način, 23. IV
 Patlidani s gljivama, 27. IX
 Pecivo sa sirom, 20. XII
 Pečena gušča jetra, 11. III
 Pečene rajčice s ružmarinom, 9. IX
 Piće Ružica, 7. VII
 Pile na lovački način, 24. XI
 Pile sa češnjakom, 14. VI
 Pile sa gljivama i paprikama, 7. III
 Pile s limunom, 6. IX
 Pile sa začinskim travama, 17. I
 Pile u umaku, 2. XII
 Piletina s bademima, 26. III
 Piletina s paprikama, 1. VII
 Pirjana goveđa pečenka, 12. II
 Pirjane gljive „Alpe“, 20. IX
 Pita od trešanja, 15. VI
 Pita s ananasom, 22. X
 Pita s borovnicama, 2. VII
 Pita s breskvama, 2. VIII
 Pita s jagodama i jabukama, 28. V
 Pitice od jabuka, 13. X
 Plućica na kiselo, 16. XI
 Pljeskavica u foliji, 3. IX
 Podlanica s dagnjama, 13. VIII
 Podravski bogati krumpir, 2. XI
 Podravski lonac, 10. VII
 Podravski paprikaš od želudaca, 8. V
 Podvarak s kobasicama, 19. II
 Podvarak sa suhim mesom, 18. XI
 Pogača od tunjevine i krumpira, 19. XII
 Pokrivena riba, 18. IV
 Poljupci od kajsija, 26. VI
 Pomorski ražnjići, 27. VIII
 Popečci od naranača, 1. III
 Popečci od krumpira, 3. IV
 Popečci od puretine, 17. X
 Popečci s kukuruzom, 14. VIII
 Popečci s pekmezom, 17. IV
 Poriluk sa suhom slaninom, 25. XII
 Povrće punjeno na talijanski način, 13. IX

Prepečeni kruh sa češnjakom, 3. I
 Primorska salata od rajčica, 28. VII
 Proljetna salata, 2. VIII
 Provansalska salata s ribom, 12. VI
 Punč od crnog vina, 16. XII
 Punjena cikla, 4. X
 Punjena guska, 24. XII
 Punjena jaja na riži, 21. IV
 Punjene dinje, 17. VII
 Punjene lignje, 2. III
 Punjene rajčice „Mediteran“, 16. VIII
 Punjeni grejp, 4. II
 Punjeni kelj, 20. XI
 Punjeni krastavci, 27. V
 Punjeni kupus, 25. I
 Punjeno pecivo, 12. IV
 Punjeno teleće srce, 9. V
 Puran punjen kestenjem, 15. X

R

Raža s umakom, 5. VI
 Ragu od janjetine, 10. II
 Ragu od jetre, 20. III
 Rajčice punjene gljivama, 11. X
 Riba na paški način, 8. IV
 Riba s krumpirom, 15. II
 Riba u luku, 14. X
 Riblja salata, 31. VIII
 Riblji kolač, 20. I
 Riječna riba s vinom, 12. I
 Riža sa cvjetačom, 24. I
 Riža na mlijeku s narančama, 10. III
 Rižoto s piletinom i tunjevinom, 19. IV
 Rižoto-salata, 13. VII
 Rolada od ostataka mesa, 16. I
 Rolada od telećih prsiju, 15. IV
 Rolada od špinata, 9. III

S

Sacher-torta, 29. I
 Salata Ivančica, 9. VI
 Salata od cikle, 12. XII
 Salata od crvenog kupusa, 9. II
 Salata od sirove cikle, 10. I

Salata s graškom i jajima, 22. VI
 Salata s makaronima, 23. XI
 Salata s tunjevinom, 17. VIII
 Salata sa slaninom, 26. IX
 Sardele u umaku od rajčica, 4. V
 Sarmice od kelja, 19. VI
 Sataraš, 1. VIII
 Savijača od kupusa, 10. XI
 Savijača od vrhnja, 8. XI
 Savijača s hrenovkama, 25. IX
 Sicilijanski umak, 23. VIII
 „Sirnica“ od rezanaca, 28. XI
 Sladoled od malina, 11. VIII
 Sladoled od naranača, 11. I
 Slavonska pečenka, 15. I
 Slovačka juha, 4. XII
 Složenac od krumpira, 26. II
 Smeđi goveđi ragu, 8. III
 Smuđ na krumpiru, 16. IV
 Srpska čufteta na luk, 17. II
 Srpski ajvar, 6. X
 Suhe šljive u vinu, 5. IV
 Svinjetina na pariški način, 17. VI
 Svinjetina na primorski način, 14. V
 Svinjetina sa senfom, 13. VI
 Svinjsko pečenje Colbert, 2. IV

Š

Šaran s krumpirom, 23. IX
 Škampi u umaku, 20. V
 Špageti s tunjevinom, 6. III
 Šparga na salatu, 7. V
 Šparga u umaku, 12. V
 Švedski hladni kotleti, 4. VIII
 Švedski sladoled, 2. V

T

Talijanski tanjur, 21. VIII
 Talijanski umak od rajčica, 30. VIII
 Tamna goveđa juha sa žličnjacima od moždina, 12. XI
 Teleća koljenica s povrćem, 10. VIII
 Teleća prsa na rimski način, 22. II
 Teleća žlijezda u grašku, 13. I

Teleći kotleti na grčki način, 16. V
Teletina s povrćem, 5. VIII
Tikvice punjene kajganom, 3. VII
Tokány s paprom, 24. X
Topla salata od krumpira, 7. I
Topla salata od mahuna, 1. II
Torta Ljubica, 11. XI
Torta od banana, 3. XII
Torta od jagoda i ananasa, 25. V
Torta od kave, 2. I
Torta od kestenja, 17. IX
Torta od makarona, 6. II
Torta s prženim bademima, 17. XII
Torta s trešnjama, 28. VI
Torta s ukuhanim breskvama, 1. XI
Torta sa sladoledom, 29. VII
Tosca kolači, 5. II

U

Umak „gribiche“, 27. III
Umak od kapri, 12. X
Umak od rajčica, 2. X
Umak od sardina, 27. XII
Umak „poulette“, 6. XII
Umak tartar, 30. I
Uštipci od jabuka, 29. III

V

Varivo od bijelog graha, 21. II
Varivo od buča, 24. VII
Vijenac od riže i riba, 29. IV
Vijenac od riže i voća, 10. IX
Vijenac od špinata, 27. IV
Vitaminski napitak, 17. V
Vojvodanski sekeli-gulaš, 23. III
Voćna salata sa sladoledom, 10. VI
Vrganji na bjelovarski način, 22. V

Z

Začinjena riba na roštilju, 15. VII
Zapečena cvjetača, 29. IX
Zapečena kašica od krumpira, 22. XI
Zapečena krema, 28. III
Zapečena voćna torta, 8. VII

Zapečene dagnje, 13. III
Zapečene talijanske palačinke, 7. X
Zapečeni pilići, 21. V
Zapečeni poriluk, 9. I
Zapečeni šaran, 5. XII
Zapečeni zubatac, 31. V
Zaseka, 21. XI
Zec na bečki način, 29. X
Zec u pivu, 26. XI
Zečja pašteta, 9. XII
Zelena juha, 3. X
Zeleni umak, 9. X
Zubatac s majonezom, 13. IV

Ž

Žličnjaci od krupice i jetre, 5. V

Juha

Juha od boba, 15. IX
Juha od bubrega, 16. III
Juha od cvjetače, 4. I
Juha od koprive, 11. V
Juha od mahuna, 15. V
Juha od mozga, 26. IV
Juha od rajčica s dagnjama, 6. IV
Juha od rotkvice, 26. VII
Juha od zimskog povrća, 22. III
Juha s bučom, 27. XI
Gusta juha od leće, 6. I
Gusta juha od povrća, 27. II
Kokošja juha, 22. XII
Krem-juha s lukom, 10. IV
Krem-juha s hrenovkama, 24. VIII
Moslavačka juha, 11. XII
Slovačka juha, 4. XII
Tamna goveđa juha sa žličnjacima od moždi-
ne, 12. XI
Zelena juha, 3. X

Umaci

Dalmatinski umak, 29. VI
Kiselo-slatki umak, 19. IX
Milanski umak od oraha, 18. XII
Sicilijanski umak, 23. VIII
Talijanski umak od rajčica, 30. VIII
Umak „gribiche“, 27. III
Umak od kapri, 12. X
Umak od rajčica, 2. X
Umak od sardina, 27. XII
Umak „poulette“, 27. XII
Umak tartar, 30. I
Zeleni umak, 9. X

Jela od teletine

Lonac od teletine s povrćem, 21. I
Rolada od telećih prsa, 15. IV

Teleća koljenica s povrćem, 10. VIII
Teleća prsa na rimski način, 22. II
Teleći kotleti na grčki način, 16. V
Teletina s povrćem, 5. VIII

Jela od govedine

Bifteak na roštilju, 19. VIII
Govedina na burgundski način, 28. I
Govedina na francuski način, 18. III
Govedina s curryjem, 3. XI
Govedina u crnom vinu, 8. X
Govedina u hladetini, 8. IX
Leća s govedinom, 2. II
Pirjana goveđa pečenka, 12. II
Smeđi goveđi ragu, 8. III
Tokány s paprom, 24. X

Jela od svinjetine

Kotleti s povrćem, 28. II
Lakirana šunka i punjene jabuke, 1. X
Slavonska pečenka, 15. I
Svinjetina na pariški način, 17. VI
Svinjetina na primorski način, 14. V
Svinjetina sa senfom, 13. VI
Svinjsko pečenje Colbert, 2. IV
Švedski hladni kotleti, 4. VIII
Vojvodanski sekeli-gulaš, 23. III
Začinjena rebra na roštilju, 15. VII

Jela od janjetine

Janjeća plećka na roštilju, 6. VIII
Janjeći kotleti na roštilju, 25. VI
Janjeći ragu, 10. II

Jela od ponutrice

Bubrezi sa senfom, 7. VIII

Fileki, 7. IV
 Fileki s povrćem, 12. IX
 Goveđi jezik s maslinama, 10. X
 Mozak sa špinatom, 19. V
 Nabujak od mozga, 16. X
 Odrasci od jetre u papru, 25. IV
 Plućica na kiselo, 16. XI
 Punjeno teleće srce, 9. V
 Ragu od jetre, 20. III
 Teleća žlijezda u grašku, 13. I
 Žličnjaci od krupice i jetre, 5. V

Jela od peradi

Bijelo pile, 9. IV
 Crveno pile, 9. VIII
 Francuska pašteta od patke, 30. IV
 Guska na podvarku, 12. III
 Guščetina s ričetom, 14. IV
 Kokot u vinu, 22. I
 Mađarsko pile, 24. IX
 Miješani ražnjići s piletinom, 18. VI
 Orijentalna piletina na roštilju, 16. IX
 Patka na rumunjski način, 23. IV
 Pečena gušćja jetra, 11. III
 Pečene patke, 17. XI
 Pile na lovački način, 24. XI
 Pile sa češnjakom, 14. VI
 Pile s gljivama i paprikama, 7. III
 Pile s limunom, 6. IX
 Pile sa začinskim travama, 17. I
 Pile u umaku, 2. XII
 Piletina s bademima, 26. III
 Piletina s paprikama, 1. VII
 Podravski paprikaš od želudaca, 8. V
 Popečci od puretine, 17. X
 Punjena guska, 24. XII
 Puran punjen kestenjem, 15. X

Divljač

Divlja patka na lovački način, 18. II

Fazani s vrlunjem, 4. XI
 Juha od srnetine, 27. X
 Musaka od prepelica, 21. X
 Zec na bečki način, 29. X
 Zec u pivu, 26. XI
 Zečja pašteta, 9. XII

Ostala jela od mesa

Engleska pita za piknik, 23. VII
 Finkadella, 15. III
 Grčki mljeveni odrasci, 5. I
 Gurmanska sarma, 31. XII
 Istarska maneštra, 5. IX
 Jastučići s mesom, 25. II
 Lovački kruh, 4. VI
 Makedonski čevap, 5. VII
 Medaljoni s jajima, 24. V
 Miješani ražnjići, 30. VII
 Mljeveni odrasci, 3. II
 Mljeveni odrasci s vlascom, 6. V
 Musaka od kiselog kupusa, 4. III
 Odrasci od mljevenog mesa s rajčicama, 8. VI
 Okruglice sa šunkom, 14. II
 Omlet sa suhom slaninom, 18. X
 Palačinke za izlet, 9. VII
 Pašteta od mesa, 3. V
 Pljeskavica u foliji, 3. IX
 Podvarak s kobasicama, 19. II
 Rižoto s piletinom i tunjevinom, 19. IV
 Rolada od ostataka mesa, 16. I
 Savijača s hrenovkama, 25. IX
 Srpska čufteta na luku, 17. II
 Zaseka, 21. XI

Jela od riba

Dimljena riba u limunu i ulju, 4. IX
 Đuveč od somovine, 27. VI
 Grgeč na balatonski način, 9. XI
 Gusarska tunjevina, 27. VII

Hobotnica na saur, 29. V
 Košarice s ribama, 13. V
 Kovač s povrćem, 18. VII
 Lubin u umaku od vina, 21. III
 Marinirana štika, 21. VII
 Nabujak od sardina, 13. XI
 Odrasci od tunjevine s paprom, 11. VI
 Pastrve s bademima, 26. I
 Pastrve sa šunkom, 18. VIII
 Paški crni rižot od lignji, 24. VI
 Podlanica s dagnjama, 13. VIII
 Pogača od tunjevine i krumpira, 19. XII
 Pokrivena riba, 18. IV
 Pomorski ražnjići, 27. VIII
 Proletna salata s ribom, 12. VI
 Provansalska salata, 2. VIII
 Punjene lignje, 2. III
 Raža s umakom, 5. VI
 Riba na paški način, 8. IV
 Riba s krumpirom, 15. II
 Riba u luku, 14. X
 Riblja salata, 31. VIII
 Riblji kolač, 20. I
 Riječna riba s vinom, 12. I
 Smud na krumpiru, 16. IV
 Srdele u umaku od rajčica, 4. V
 Šaran s krumpirom, 23. IX
 Škampi u umaku, 20. V
 Špageti s tunjevinom, 6. III
 Talijanski tanjur, 21. VIII
 Vijenac od riže i riba, 29. IV
 Zapečene dagnje, 13. III
 Zapečeni šaran, 5. XII
 Zapečeni zubatac, 31. V
 Zubatac s majonezom, 13. IV

Jela bez mesa

Bosanska proja, 30. III
 Kruške punjene sirom, 22. IX
 Makedonska pogača, 23. II
 Mini-pizze, 27. I
 Nabujak od rezanaca, 24. IV

Nabujak od staroga kruha, 28. IX
 Nabujak s kukuruzom, 25. VIII
 Nadjeveni limuni, 14. I
 Namaz od sira, 23. V
 Omlet sa gljivama, 1. IX
 Pecivo sa sirom, 20. XII
 Popečci s kukuruzom, 14. VIII
 Prepečeni kruh sa češnjakom, 3. I
 Punjena jaja na riži, 21. IV
 Punjeno pecivo, 12. IV
 „Sirnica“ od rezanaca, 28. XI
 Torta od makarona, 6. II
 Zapečene talijanske palačinke, 7. X

Jela od povrća

Andaluška tortilja, 28. VIII
 Bečki punjeni krumpir, 30. X
 Bosanski lonac, 10. VII
 Bugarska musaka od tikvica, 23. VI
 Češki grašak, 31. VII
 Dvobojni složenac, 21. XII
 Đurđevački „temfani“ grah, 11. IV
 Engleska pita s rajčicama, 14. IX
 Gnijezdo od kiselog kupusa, 15. XI
 Grašak sa šunkom, 18. V
 Hranjiva salata od matovilca, 7. XI
 Hrvatski složenac, 20. X
 Kelerabe punjene špinatom, 3. VI
 Kelj sa začinskim, 28. XII
 Kuhana cikla, 21. IX
 Krumpir sa sirom, 20. II
 Krumpir salata s vlascom, 1. VI
 Lonac s graškom, 12. VII
 Mahune sa češnjakom, 6. VII
 Marinirani patlidani, 18. IX
 Matevž, 8. XII
 Miješana ljetna salata, 20. VIII
 Miješana salata sa crvenim kupusom, 18. I
 Mrkvice s jajima, 6. VI
 Murterski zelenjak, 23. X
 Nabujak od špinata, 22. VII
 Paprike s jajima, 20. VI
 „Pašta-fazol“, 13. II

Patlidani s gljivama, 27. IX
 Pečene rajčice s ružmarinom, 9. IX
 Pirjane gljive „Alpe“, 20. IX
 Podravski bogati krumpir, 2. XI
 Podravski lonac, 10. VII
 Podvarak sa suhim mesom, 18. XI
 Popečci s kukuruzom, 14. VIII
 Poriluk sa suhom slaninom, 25. XII
 Povrće punjeno na talijanski način, 13. IX
 Primorska salata od rajčice, 28. VII
 Proljetna salata, 2. VIII
 Punjena cikla, 4. X
 Punjene rajčice „Mediteran“, 16. VIII
 Punjeni kelj, 20. XI
 Punjeni krastavci, 27. V
 Punjeni kupus, 25. I
 Rajčice punjene gljivama, 11. X
 Riža sa cvjetačom, 24. I
 Rižoto-salata, 13. VII
 Rolada od špinata, 9. III
 Salata „Ivančica“, 9. VI
 Salata od cikle, 12. XII
 Salata od crvenog kupusa, 9. II
 Salata od sirove cikle, 10. I
 Salata s graškom i jajima, 22. VI
 Salata s makaronima, 23. XI
 Salata sa slaninom, 26. IX
 Sarmice od kelja, 19. VI
 Sataraš, 1. VIII
 Savijača od kupusa, 10. XI
 Složenac od krumpira, 26. II
 Srpski ajvar, 6. X
 Šparge na salatu, 17. V
 Šparge u umaku, 12. V
 Tikvice punjene kajganom, 3. VII
 Topla salata od krumpira, 7. I
 Topla salata od mahuna, 1. II
 Varivo od bijelogra graha, 21. II
 Varivo od buče, 24. VII
 Vijenac od špinata, 27. IV
 Vrganji na bjelovarski način, 22. V
 Zapečena cvjetača, 29. IX
 Zapečena kašica od krumpira, 22. XI
 Zapečeni poriluk, 9. I

Kolači, slatkiši

Bijela torta, 31. III
 Bijele kuglice, 23. XII
 Crni kolač, 25. X
 Češki uštipci, 23. I
 Čokoladni slatkiši, 29. XII
 Čupava pita s nektarinama, 29. VIII
 Danska srca, 30. V
 Doboš torta, 24. III
 Dul-pita, 10. V
 Ekspresni voćni kolač, 7. IX
 Finski kolačići, 31. I
 „Flan“ s jabukama, 6. XI
 Gibanica od bundeva, 5. X
 Gnijezdo od jabuka, 8. II
 Jagode Romanoff, 2. VI
 Karipske palačinke, 28. X
 X Kocke Đurđa, 31. X
 Kocke od kestenja, 5. XI
 X Kocke od naranča, 14. XII
 Kocke Vlasta, 30. IX
 Kolač od suhih šljiva, 24. II
 Kolač od trešanja i zemlji, 26. V
 Kolač s bademima, 5. III
 Kolač s džemom, 7. II
 Kolač s kajsijama Stanka, 30. VI
 Kolač s kompotom, 4. IV
 Kolač s ogrozdima, 19. VII
 Kolač s rešetkom, 3. III
 Kolači s pekmezom, 20. IV
 Kolači s bademima, 1. IV
 Kolednik, 8. I
 Košarice s ribizima, 11. VII
 Krupica s voćem, 11. IX
 Kruške s kremom, 16. II
 Kruške u vinu, 26. XII
 Kuglice, 30. XII
 Lagana torta, 17. III
 Lješnjakova beza-torta, 29. XI
 Međimurska gibanica, 26. X
 Međimurska tenka zlevanka, 14. XI
 X Micika kocke, 19. XI
 Minjoni s malinama, 16. VII

Mirišljivi kolač s jabukama, 1. XII
 Mramorni kolač, 11. II
 Odjevene kruške, 13. XII
 Osinja gnijezda, 19. I
 Osječka fina pita, 10. XII
 Palačinke s narančama, 7. XII
 Pita od trešanja, 15. VI
 X Pita s ananasom, 22. X
 Pita s borovnicama, 2. VII
 Pita s breskvama, 2. VIII
 Pita s jagodama i jabukama, 28. V
 Pitice od jabuka, 13. X
 Poljupci od kajsija, 26. VI
 Popečci od naranča, 1. III
 Popečci s pekmezom, 17. IV
 Punjene dinje, 17. VII
 Punjeni grejp, 4. II
 Riža na mlijeku s narančama, 10. III
 Sacher Torta, 29. I
 Savijača od vrhnja, 8. XI
 Suhe šljive u vinu, 5. IV
 Torta Ljubica, 11. XI
 Torta od banana, 3. XII
 Torta od jagoda i ananasa, 25. V
 Torta od kave, 2. I
 Torta od kestenja, 17. IX
 Torta s prženim bademima, 17. XII
 Torta s trešnjama, 28. VI
 Torta s ukuhanim breskvama, 1. XI
 Tosca kolači, 5. II
 Uštipci od jabuka, 29. III
 Vijenac od riže i voća, 10. IX
 Zapečena voćna torta, 8. VII

Sladoledi, kreme

Čokoladna krema, 19. III
 Krema Nada, 28. IV
 X Krema od kave, 22. IV
 Krema od šumskih jagoda, 4. VII
 Kup s borovnicama, 25. VII
 Kup s malinama, 14. VII
 Sladoled od malina, 11. VIII

Sladoled od naranče, 11. I
 Švedski sladoled, 2. V
 Torta sa sladoledom, 29. VII
 Voćna salata sa sladoledom, 10. VI
 Zapečena krema, 28. III

Pića

Bola od bresaka, 15. VIII
 Bola s krastavcima, 16. VI
 Čokoladni napitak, 15. XII
 Frappe od malina, 20. VII
 Frappe s jagodama, 7. VI
 Grog s narančama, 25. III
 Kava Karolina, 25. XI
 Kuhano bijelo vino, 30. XI
 Kuhano crno vino, 1. I
 Ledena čokolada, 22. VIII
 Ledena kava, 12. VIII
 Ledena limunada, 3. VIII
 Ledeni čaj, 2. IX
 Napitak od jagoda, 21. VI
 Piće „Ružica“, 7. VII
 Punč od crnog vina, 16. XII
 Vitaminski napitak, 7. V
 Voćna bola, 26. VIII

Izdavač

„ALFA“ ZAGREB
Čerinina 9a

Za izdavača

STJEPAN MARTINović

Urednik

BOREN RAŠPICA

Tisak

RO „TISKARA OTOKAR KERŠOVANI“
PULA

Ured
Ministarstva
vanjskih
poslova
Zemlje
Slovenije
Ljubljana
1948

